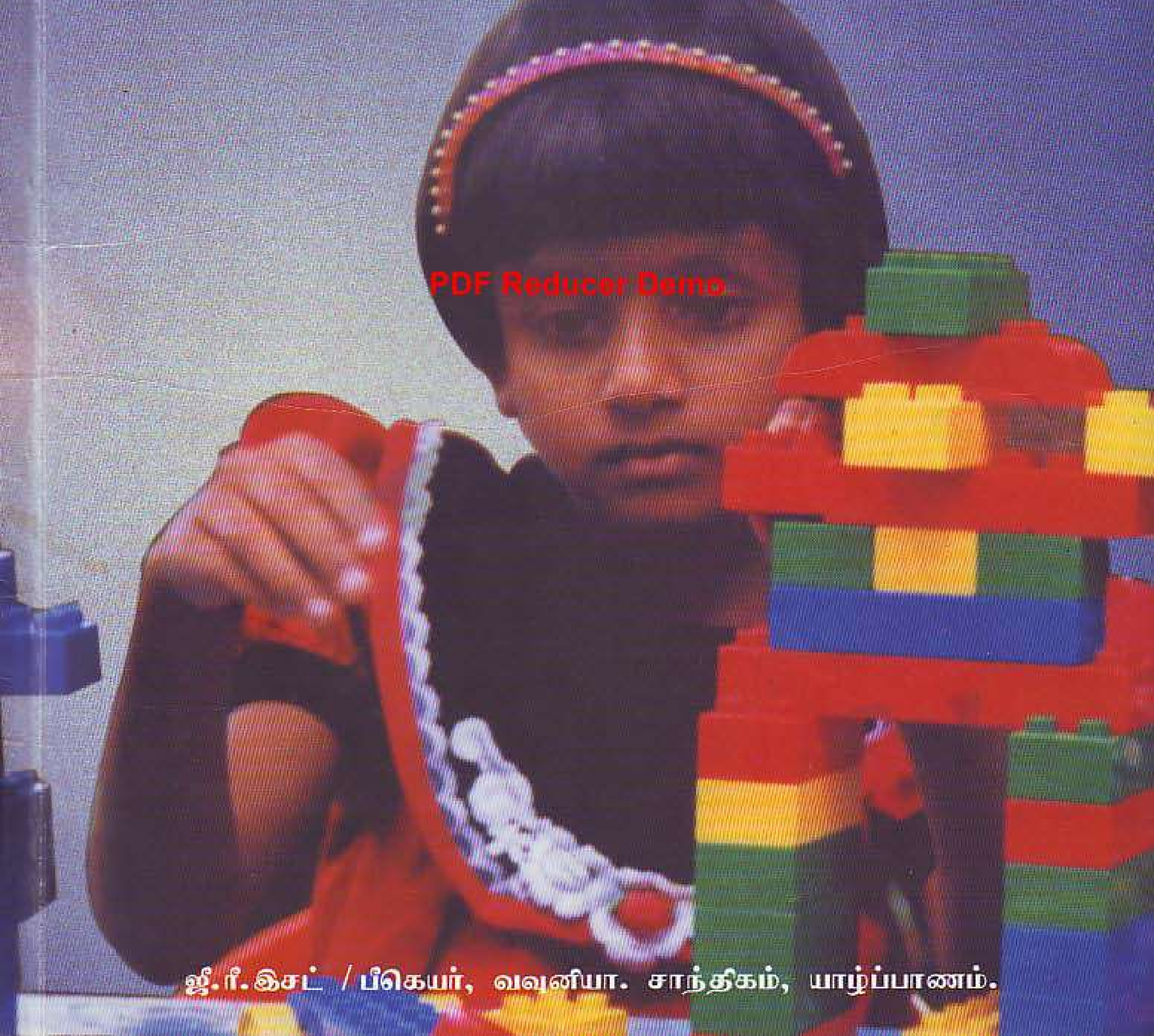
சிறுவர் உளநலம்

ஆரம்பப் பாடசாலை
மாணவர்களுக்கு உதவும்
ஆசிரியர் கைந்நூல்



PDF Reducer Demo

ஜீ.ரீ.இசட் / பீகெயர், வவுனியா. சாந்திகம், யாழ்ப்பாணம்.

சிறுவர் உளநலம்

ஆரம்ப பாடசாலை மாணவர்களுக்கு உதவும்
ஆசிரியர் கைந்நூல்

பதிப்பாசிரியர்கள்
வைத்தியகலாநிதி சா. சிவயோகன்
திருமதி. கோகிலா மகேந்திரன்
பேராசிரியர் தயா சோமசுந்தரம்

வெளியீடு
ஜீ.ரீ.இசட்/ ரீகெயர், வவுனியா
சாந்திகம், யாழ்ப்பாணம்.
ஒக்டோபர் - 2002.

பதிப்பாசிரியர்கள்

வைத்தியகலாநிதி சா. சிவயோகன்
திருமதி. கோகிலா மகேந்திரன்
பேராசிரியர் தயா சோமசுந்தரம்

எழுத்தாளர் குழு

1. திரு ச. கிருபானந்தன் — அலகு ஒன்று
2. செல்வி. எஸ். சிவமலர் — அலகு இரண்டு
3. திரு. வெ. யூடா சதீஸ்குமார் — அலகு மூன்று
4. திரு. த. சிவகுமாரன் — அலகு மூன்று
5. திருமதி. எஸ். பிரேமலோஜி — அலகு நான்கு
6. திரு. எஸ். சிறிஸ்கந்தசேகரம் — அலகு ஐந்து
7. வைத்தியகலாநிதி சா. சிவயோகன் — அலகு ஆறு
8. பேராசிரியர் தயா சோமசுந்தரம் — அலகு ஆறு
9. செல்வி. எஸ் சிவாஜினி — அலகு ஏழு
10. திருமதி. க. உதயகலா — அலகு ஏழு
11. திருமதி. கோகிலா மகேந்திரன் — அலகு எட்டு
12. திருமதி. பாகீரதி கணேசதுரை — அலகு ஒன்பது

செம்மையாக்கம்
கவிஞர் சோ.பத்மநாதன்

அட்டைப்படமும் ஓவியங்களும்
திரு. ஆ. இராசையா

கணனிப் பதிவு
செல்வி :- ஆ.யாழினி

கணனி வடிவமைப்பு
STP கணனி நிறுவனம்.

பதிப்பு உதவி
திரு. இர.சந்திரசேகர சர்மா

நிர்வாக உதவி
திரு.சு.ஏழுர்நாயகம்

இணைப்பாளர்
திரு.வீ.இராசையா

அச்சுப்பதிப்பு : கௌரி அச்சகம் கொழும்பு - 13.

பதிப்பு உரிமை: ஜீ.ரி.சற், சாந்திகம்

முதற் பதிப்பு: 28.10.2002

ISBN: 92 95012-03-8

இந்தப் புத்தகத்தில் வருகின்ற எந்தப் பகுதியையும் நன்றியோடு மறுபிரசுரம் செய்யலாம்.

முன்னுரை

ஆயுதப் போராட்டத்தால் பாதிக்கப்படுவோரில் ஐந்து பேரில் நான்கு பேர் குடிமக்களே. சென்ற வருடத்தில் மட்டும் உலகம் பூராகவும் அரைக்கோடி சிறுவர்கள் பாதிப்புக்குள்ளாகியிருக்கின்றனர். இலங்கையின் வடக்குக் கிழக்கில் முழு இளம் சந்ததியினரும் வன்முறையை அனுபவித்துவிட்டார்கள். உடல் ஊனங்களுக்கு அப்பால், உளத்தாக்கங்கள் மிக அதிகமானவை; வாழ்நாள் முழுவதும் நின்று நிலைக்கக் கூடியவை. தமது குடும்பத்தினரும் நண்பர்களும் கொல்லப்படுவதைக் கண்டு, அல்லது தமது வீடுகள் பழுதடைந்து வாழுமிடம் பாதுகாப்பற்றதாகிவிட்டதால் சிறுவர்களின் விருத்தி தடைப்பட்டிருக்கலாம்; உளநல வளர்ச்சியில் பின்னடைவுக்குட்பட்டவர்களாக இருக்கலாம்; சிலவேளைகளில் முற்றாக வளர்ச்சி குன்றியவர்களாகவும் இருக்கலாம். இதற்குமேலாக, இந்தச் சந்ததி, வன்முறைகள் மூலமாகவும் வெறுப்பின் மூலமாகவும் மட்டுமே முரண்பாடுகள் தீர்க்கப்படக்கூடியவை என்ற எண்ணத்தோடும், முரண்பாடுகள் சாதாரணமானவை ஏற்றுக்கொள்ளக்கூடிய வாழ்க்கைமுறை அதுவே என்ற எண்ணத்தோடும் வளரக்கூடும். இதனால்தான் எமது பிள்ளைகள், முரண்பாடு என்பது ஒரு மனிதனோடு பிறந்த இயல்பு அல்ல என்பதையும், ஆனால் அது பழகிக்கொள்ளப்பட்ட நடத்தை என்பதையும் திரும்பவும் கற்கவேண்டியுள்ளது.

இந்த பயிற்சிக் கைந்நூலின் தேவைக்கான உள்ளுணர்வு, திருகோணமலையில் நடைபெற்ற GTZ ஆசிரியர் சேவைத் திட்டத்தில் ஏற்பட்டது. அவர்கள், இப்போது தீவெங்கும் பாவனையிலுள்ள "மகிழ்ச்சிகரமான கற்றல்" என்ற கைந்நூலை ஆக்கி, களச்சோதனை செய்தார்கள். "மகிழ்ச்சிகரமாக வளர்தல்" என்பது "மகிழ்ச்சிகரமான கற்றல்" என்பதன், மேலும் ஓர் அபிவிருத்தி ஆகும். அது வன்னிப் பகுதியிலுள்ள சிறுவர்களினதும் இளைஞர்களினதும் சிறப்புத் தேவைகளைப் பூர்த்திசெய்கிறது. இது ஆசிரியர்கள், சிறுவர்களினதும் இளைஞர்களினதும் உளநலத்தைப் பேணுவதற்கு எடுக்கும் முயற்சிகளில் உதவக்கூடிய அறிவையும் தலையீடுகளையும் அவர்களுக்கு அளிப்பதற்கு ஏற்றவகையில் அமைக்கப்பட்டுள்ளது. ஒவ்வொரு நாளும் சிறுவர்களுடனும் இளைஞர்களுடனும் வேலை செய்யும் ஆசிரியர்களுக்கு இந்நூல் ஒரு வழிகாட்டியாகப் பயன்படும் என்று நம்பப்படுகிறது. மனவடுவுக்குள்ளான சிறுவர்களுக்கும் இளைஞர்களுக்கும் எவ்வாறு நல்லமுறையில் ஆதரவு கொடுப்பது என்பதற்கான வழிவகைகளை இது முன்வைக்கிறது.

அன்பான ஆசிரியர்களே, நீங்கள் வகுப்பறைகளில் பிள்ளைகளோடு கற்பித்தலில் ஈடுபடும்போது இந்தக் கைந்நூல் பரவலாக உங்களால் பயன்படுத்தப்படும் என்பது எமது நம்பிக்கையாகும். இந்நூல் விழிப்புணர்வை உண்டாக்குவதோடு பிரச்சினைகளை இனங்காணக்கூடியது; ஆசிரியர்களையும் கள உத்தியோகத்தர்களையும் பயிற்றுவிக்கக்கூடியது. அத்தோடு பெற்றோர்களும் சமூகத்தினரும் வாழ்வின் துன்பமான பகுதிகளைக் கண்ட தமது சிறுவர்களை நல்லமுறையில் விளங்கிக்கொள்வதற்கும் இது உதவும்.

நன்றி

மைக்கல் ஹேர்த்,	**Michael Hirth,**
நிகழ்ச்சித்திட்ட முகாமையாளர்,	Programme Manager,
அடிப்படைக் கல்விப்பகுதி நிகழ்ச்சித் திட்டம்	Basic Education Sector Programme,
ஜேர்மன் தொழினுட்ப நிறுவனம்.	GTZ,
கொழும்பு.	Colombo.
ஆடி, 2002	July, 2002

திட்ட முகாமையாளரின் எண்ணத்தில் இருந்து ....

வடக்கு கிழக்கு மாகாணத்தின் சமூக பொருளாதாரத் தேவைகள் பற்றியும் கல்வி நிலை பற்றியும் இன்று உள்ளூர் சமூகம் மட்டுமன்றி சர்வதேச சமூகமும் கருத்துக்களை வெளியிடுகின்றது. இவர்களது கருத்துக்களுக்கு அடிப்படையாக அமைவது கடந்த பல வருடங்களாக இப்பிரதேசத்தில் இடம்பெற்ற உள்நாட்டு யுத்தமும் அதன் தாக்கங்களுமாம்.

இப்பிரதேச மக்களின் வாழ்நிலை பற்றி ஆராயும் எவரும் யுத்தத்தினால் ஏற்பட்ட மனவடுக்கள் பற்றி ஆராயாமல் தமது ஆய்வுகளையோ வீச்சுக்களையோ பூர்த்தி செய்ய முடியாது. எந்தவொரு நாட்டிலும் உள்நாட்டு யுத்தம் அந்நிய ஆக்கிரமிப்பு இனமோதல்கள், சமூக மோதல்கள் ஏற்படுகின்றபோது பெருமளவில் பாதிக்கப்படுபவர்கள் குழந்தைகளும் பெண்களுமாவார். அதனால் இப்பிரதேச மக்களின் வாழ்நிலைபற்றி ஆராய முற்படும் நாம் குழந்தைகளிடையே ஏற்பட்டுள்ள மனவடுக்கள் பற்றியும் அதன் தாக்கம் பற்றியும் ஆராய வேண்டியது அவசியமாகின்றது.

இதனை எமது திட்டம் தனது அடிப்படைக் கருப்பொருளாகக் கொண்டு செயற்பட்டு வருகின்றது. குழந்தைகள், மாணவர்களிடையே ஏற்பட்டுள்ள மனவடுக்கள்பற்றி நாம் வவுனியா மாவட்டத்திலும், வன்னிப் பிரதேசத்திலும் அறிவியல்சார் ஆய்வினை உள்நாட்டு துறைபோகிகளதும் வெளிநாட்டு அறிஞர்களதும் உதவியுடன் மேற்கொண்டோம். இந்த ஆய்வுகள் மிகமுக்கிய தகவல்களை எமக்குத் தந்துள்ளன. வன்னியில் வாழும் குழந்தைகளில் 92 % மானவர்கள் யுத்தத்தினால் நேரடியாகப் பாதிக்கப்பட்டுள்ளனர். இவர்களில் 57 % மானவர்கள் தமது நாளாந்த வாழ்க்கை இயல்பு நிலையை மேற்கொள்ள முடியாதவர்களாகக் காணப்படுகின்றனர். பள்ளி செல்லும் மாணவர்களில் 25 % க்கு மேலானவர்கள் பொருமளவு உளவியல் தாக்கத்துக்குள்ளாகி உள்ளனர். பௌதீக வளங்களில் ஏற்பட்ட அழிவுகளை இனங்காண்பதும் பரிகார நடவடிக்கையில் ஈடுபடுவதும் பாரிய பிரச்சினையன்று. ஆனால் உடைந்த மனங்களை இனங்காண்பதும் புரிந்து கொள்வதும் ஏற்ற பரிகார நடவடிக்கையில் ஈடுபடுவதும் இலகுவான விடயமன்று.

இத்துறையில் பாண்டித்தியம் பெற்றவர்களால் மட்டுமே இப்பிரச்சினையை உரிய முறையில் இனங்கண்டு அவ்வடுக்களை அகற்றி அவர்களை இயல்பு வாழ்க்கை நிலைக்குக் கொண்டுவர முடியும். இந்த முயற்சியில் மாணாக்கர்களை நெறிப்படுத்துபவர்களாகப் பெரிதும் கருதப்படுகின்ற ஆசிரிய ஆசிரியைகளுடைய பங்கு முதன்மையானதும் தவிர்க்க முடியாததுமாகும். துர்அதிர்ஷ்டவசமாக இப்பிரதேசத்தில் இத்துறைசார் பயிற்சிகள் எமது ஆசிரியர்களுக்குப் போதியளவு வழங்கப்படவில்லை. இதனைத் தீர்ப்பதற்காகவே எமது திட்டம் ஆசிரியர்களுக்கு இத்துறைசார் பயிற்சியினை வழங்குவதில் ஈடுபட்டுள்ளது.

இப்பயிற்சிக்கு ஏற்ற வழிகாட்டிகள் அடங்கிய இக்கைநூலினை தமிழ்மொழியில் வெளியிடுவதில் பெருமகிழ்ச்சியடைகின்றோம். இக்கைநூல், உலகப்புகழ்பெற்ற பேராசிரியர் தயா சோமசுந்தரம் அவர்களின் வழிகாட்டலில், துறைசார் அறிஞர்களினால் தயாரிக்கப்பட்டுள்ளது. இம்முயற்சியில் அவர்கள் எவ்வளவு தூரம் கடுமையாகத் தமது அசௌகரியங்களையும் பொருட்படுத்தாது மாதக்கணக்கில் ஈடுபட்டார்கள் என்பதை நாம் அறிவோம். இவர்கள் எம் எல்லோரதும் நன்றிக்குரியவர்கள் ஆவார்.

இந்நூலினை வெளிக்கொணர்வதில் ஈடுபட்ட சகலரையும் தனித்தனியாக விழித்து நன்றி கூறுவது விரிவடையும் என்பதனால் எல்லோருக்கும் எமது இதயபூர்வமான நன்றியினைத் தெரிவித்துக் கொள்ளுகின்றோம். இருந்தபோதும் இம்முயற்சியில் எம்மை ஈடுபடுத்தி ஏற்ற ஆலோசனைகளையும் அறிவுரைகளையும் காலத்திற்கு காலம் வழங்கிய Dr. M.E. Hirth அவர்கள் எமது நன்றிகளுக்கும் பாராட்டுதல்களுக்கும் விசேடமாகப் பொருத்தமானவராகும். அதே போன்று இக் கைநூலினை வடக்கு கிழக்கு முழுவதற்கும் உபயோகிப்பதற்கு எண்ணம் கொண்டுள்ள வடக்கு கிழக்கு மாகாணக் கல்வி அமைச்சின் செயலாளர் திரு. R. தியாகலிங்கம் அவர்கள் சிறப்பாகக் குறிப்பிடப்படவேண்டியவராவார். அத்துடன் இம்முயற்சியில் நாம் ஈடுபட்டபோது சகல வழியிலும் ஒத்துழைப்பு வழங்கிய திரு. V. இளங்குமரன் அவர்களும் எமது நன்றிக்குரியராவார். நிறைவாக இக்கைநூலின் அடிப்படையில் பாதிப்புக்குள்ளாகியுள்ள மாணவச்செல்வங்களை நெறிப்படுத்தி, வளப்படுத்தவுள்ள ஆசிரியர்களுக்கும் எமது நன்றிகள்.

சுந்தரம் டிவகலாலா
திட்டமுகாமையாளர்,
ஜி. ரி. இசட் / பிகெயர்
வவுனியா.

சிறுவர் உளநலம்
வாழ்த்துரை

எங்கள் பகுதியில் முதன் முறையாக எமது பிள்ளைகளின் உள நலனை வளப்படுத்தும் நோக்குடன் வெளிவரும் "சிறுவர் உளநலம்" என்ற உளவளத்துணை கைநூலுக்கு வாழ்த்துரை வழங்குவதில் பெருமகிழ்ச்சி அடைகின்றேன்.

ஜீரிஇசட்/பிகெயர் வவுனியாவில் பணிபுரியும் உளவளத்துணை ஆசிரியர்களினதும், யாழ் பல்கலைக்கழக உள மருத்துவத்துறை பேராசிரியர் தயாசோமசுந்தரம் அவர்களதும் வழிகாட்டலின் கீழ் யாழ் சாந்திகத்தின் உளவள வல்லுநர்களின் அயராத கூட்டு முயற்சியின் பயனாக வெளிவரும் இவ் வழிகாட்டி நூல் இந்தக் காலகட்டத்தின் இன்றியமையாத தேவைகளை நிறைவு செய்யக்கூடிய வரவேற்கத்தக்க ஒரு வெளியீடாகும்.

இலங்கையின் வடக்கு கிழக்கு மாகாணத்தில் வாழும் சிறார்கள் மட்டில் அனைவருமே கடந்தகால போர் நிகழ்வுகளால் ஏதோ ஒரு ஊறுபட்டதுமன்றி அதற்கு மேலாக அவர்களுக்கு ஏற்பட்ட "மனவடுக்கள்" நிலைத்து நின்று அவர்களின் வளர்ச்சிப்படிகளில் இடையூறுகளை விளைவிக்கக்கூடிய நிலையும் ஏற்படும்.

குடும்ப உறுப்பினர்களை, உறவினர்களை, நண்பர்களை இழந்து வாழ்விடங்கள் அழிக்கப்பட்டு பாதுகாப்பற்ற நிலையில் அவர்களுடைய உள வளர்ச்சி ஊறுற்று முழு ஆளுமை வளர்ச்சியும் மழுங்கடிக்கப்படலாம்.

பிள்ளைகள், பெற்றோர்கள், சமூகத்தினர் மட்டில் நெருங்கிய தொடர்பையும் உறவையும் கட்டியெழுப்பப் பெருமளவு வாய்ப்புற்றவர்கள் ஆசிரியர்களாவர். எனவே அவர்களுக்குப் பயிற்சி அளிப்பதற்கும் அதனூடாக எம் மாணவச் செல்வங்கள் உளவலுப் பெற்று முழுக் கல்வி வளர்ச்சி பெறுவதற்கும் "சிறுவர் உளநலம்" உதவும் என்ற எதிர்ப்பார்ப்புடன் இந்தச் சிறப்பான பயனுள்ள முயற்சிக்கு, ஜீரிஇசற்/பிக்கெயர் நிறுவனத்தினருக்கும் என் உளமார்ந்த வாழ்த்துக்களைத் தெரிவித்துக்கொள்கின்றேன்.

21/03/2003

வெ. இளங்குமரன்,
பொறுப்பாளர்,
தமிழீழக் கல்விக்கழகம்,

இந்தக் கைந்நூல் பற்றி.........

இன்றைய சிறுவர்களே நாளைய உலகத்தை உருவாக்கப் போகிறவர்கள். ஆதலினால் சிறுவர்களின் விருத்தியானது பொருத்தமான வகையில் மேம்பாடு அடைய உதவுவது பெரியவர்களாகிய எமது கடமையாகவும், பொறுப்பாகவும் இருக்கின்றது. சிறுவர்கள் பாடசாலைக்குச் செல்லத் தொடங்கிய காலம் முதல் அவர்களது நாள்களின் கணிசமான பகுதி பாடசாலையிலேயே கழிகின்றது. இதனால் சிறுவர்களை அவதானிப்பதிலும், வழிப்படுத்துவதிலும் அவர்களது திறன்களை வளர்த்தெடுப்பதிலும் அவர்களது படிப்பு என்கிற அறிவுத் தேவைக்கும் அப்பால் அன்பு, அரவணைப்பு, ஆதரவு போன்ற உணர்ச்சித் தேவைகளை வழங்குவதிலும் ஆசிரியர்களின் பங்கு முக்கியமானது. அனேகமான சிறுவர்கள் தங்கள் ஆசிரியர்கள் மீது பற்றும், அவர்களது சொல், செயல் என்பவற்றின் மீது அதீதமான நம்பிக்கையும் வைக்கத்தொடங்குவார்கள். ஆசிரியரது கூற்றே வேதவாக்காகவும், முடிந்த முடிவாகவும் எண்ணத் தலைப்படுவார்கள். இதில் இருந்து பொதுவாக எல்லா ஆசிரியர்களும், குறிப்பாக ஆரம்ப வகுப்புகளில் கற்பிக்கும் ஆசிரியர்கள் பிள்ளைகள் மீது செலுத்தும் செல்வாக்குப்.பற்றிப் புரிந்துகொள்ளலாம்.

ஆசிரியர்கள் இவ்வாறான ஒரு செல்வாக்கு நிலையில் இருப்பதனால், ஆசிரியர்களின் பொறுப்புகளும் அதிகமாகின்றன. ஆசிரியர்களே பிள்ளைகளின் பாதுகாவலர் ஆகின்றனர். அவர்கள் தங்களிடம் கற்கின்ற பிள்ளைகளின் எல்லாவிதமான வளர்ச்சியிலும் விருத்தியிலும் அக்கறை செலுத்த வேண்டியவர்களாகின்றனர். அதேவேளை பிள்ளைகளின் வளர்ச்சியிலும் விருத்தியிலும் ஏற்படுகின்ற பின்னடைவுகள் பற்றியும் அவர்களது தேவைகளில் ஏற்படுகின்ற குறைபாடுகள் பற்றியும் ஆசிரியர்கள் தெரிந்துகொண்டு அதற்கேற்ப அவற்றைக் களைவதற்கு, நிவர்த்தி செய்வதற்கு முயல வேண்டும். சிலவேளைகளில் இவ்வாறான முயற்சிகள் பாடசாலை என்கின்ற நிர்வாகச் சூழலைக் கடந்து பிள்ளையினது குடும்பம், சமூகம் போன்ற சூழல்களிலும் செய்யப்பட வேண்டியிருக்கும்.

சாதாரணமான காலங்களிலேயே பிள்ளைகளின் வளர்ச்சியையும் விருத்தியையும் பாதிக்கின்ற பல நிலைமைகளை ஆசிரியர் இனங்கண்டு, அவற்றைச் சரிசெய்ய வேண்டியவர்களாக இருக்கின்றனர். பிள்ளைகளில் ஏற்படக்கூடிய நோய்த் தொற்றுகளில் இருந்து பாதுகாக்கவும், நாளாந்த விளையாட்டுகளில் ஏற்படுகின்ற காயங்களைப் பராமரிக்கவும் ஆசிரியர்கள் தெரிந்திருக்க வேண்டும். போசாக்குக் குறைபாடு பற்றியும், புலன் அங்கங்களின் தொழிற்பாடு பற்றியும் அக்கறை செலுத்த வேண்டும். ஒவ்வொரு வயதினரும் தத்தமது வயதிற்கேற்ற திறன்களை, அடைவு மட்டத்தை அடைந்துள்ளார்களா என்று அவதானிக்க வேண்டும். ஒதுங்கியிருக்கும் பிள்ளைகள் பற்றியும், கட்டுப்படுத்தமுடியாத பிள்ளைகள் பற்றியும், மெதுவாகக் கற்போர் பற்றியும் விசேட கவனம் செலுத்த வேண்டி வரும். இவற்றைவிடவும், இடைக்கிடை பெற்றோரைச் சந்தித்து, அளவளாவி, இடைவினைகளை ஏற்படுத்துவதன் ஊடாகப் பிள்ளைகளின் வளர்ச்சிக்கு உதவுபவராக ஆசிரியர் இருக்க வேண்டும்.

மாணவர்களின் கற்றல் செயற்பாடுகள் அவர்களது உடல்நலத்தில் தங்கியிருக்கும். கற்றலுக்கான ஆர்வம், உந்துதல் தொடக்கம் கருத்தூன்றல், கிரகித்தல், ஞாபகத்தில் இருத்தல், நுண்ணறிவு விருத்தி எனக் கற்றலின் எல்லாப் பகுதிகளும் ஒழுங்காக நடைபெறுவதற்கு மாணவர்களது உள்ளம் நலமாக இருக்க வேண்டும். உளநலப் பிரச்சினைகள் உடைய மாணவர்கள் வகுப்பறையில் மற்றைய மாணவர்களைக் குழப்புதல், கற்பித்தல் செயற்பாடுகளில் ஆசிரியருடன் ஒத்துழையாமை போன்ற பலவிதமான இடர்தரு நடத்தைகளைக் காட்டலாம். எனவே கற்றல், கற்பித்தல் செயற்பாடுகள் ஒழுங்காகவும், நன்றாகவும் நடைபெறுவதற்கு, மாணவர்களது உளநலம் மேம்பாடான ஒரு நிலையில் இருப்பது அவசியமாகின்றது.

இலங்கையின் வடக்குக் கிழக்குப் பகுதிகளில் இவ்வாறான சாதாரண நிலை, இயல்பு நிலை இப்போது இல்லை. கடந்த இருபது ஆண்டுகளாகத் தொடர்ந்து கொண்டிருக்கின்ற உள்நாட்டு யுத்தம் எங்கள் எல்லோர் மீதும் ஏற்படுத்தியிருக்கின்ற பாதிப்புகள் மிக அதிகம். அழிவுகள், அவலங்கள், இழப்புகள், இறப்புகள், இடப்பெயர்வுகள், வன்முறைகள், சமூகச் சிதைவுகள் என இவை பரந்து, விரிந்து செல்கின்றன. இவற்றின் தாக்கங்களினால் வளர்ந்தவர்கள் மட்டுமன்றிச் சிறுவர்களும் பாதிக்கப்படுகின்றார்கள்.

இந்தப் பிரதேசங்களில் இப்பொழுது கல்வி கற்றுக்கொண்டிருக்கும் எல்லாச் சிறுவர்களுமே யுத்த காலத்திலேயே பிறந்து, அதன் ஊடாகவே வளர்ந்து வருபவர்கள். சிறுவர்கள் யுத்தத்தின் உடைய நேரடியான, மறைமுகமான தாக்கங்கள் அனைத்துக்கும் வளர்ந்தோருடன் சேர்ந்து முகங்கொடுத்து வருபவர்கள். வன்முறைகள் மலிந்த யுத்தச் சூழலின் அனைத்து நிகழ்வுகளையும் பார்த்தும், கேட்டும், அனுபவித்தும் வருபவர்கள். எனவே சிறுவர்களும் பெரியவர்கள் போன்று பலவிதமான உளத்தாக்கங்களுக்கு ஆளாகுவது தவிர்க்கமுடியாதது.

பொதுவாகப் பாதிப்புகள் என்ற உடனே வீடு வாசல் இழப்பும், சொத்துகளின் அழிவும், குடும்ப உறுப்பினரின் இழப்பும், காயங்களும், அங்கவீனமும், அகதி வாழ்வும் ஞாபகத்திற்கு வருவது இயல்பே. ஆயினும் போரின் வடுக்கள் இவற்றையும் தாண்டி மிக ஆழமாக எமது மனங்களில் பதிந்து, பலவிதமான உளத்தாக்கங்களை ஏற்படுத்தியிருக்கின்றது என்பதை நாங்கள் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். பயப்படுதல், பதுங்குதல், நடுங்குதல், பயங்கரக் கனவு காணல், சினத்தல், எரிச்சல்படுதல், எளிதில் உணர்ச்சிவசப்படுதல், நம்பிக்கை இழத்தல், கையறு நிலை, இயலாமை போன்ற பல உளவெளிப்பாடுகள் எமது நாளாந்த வாழ்வின் சாதாரண அம்சங்கள் ஆகிவிட்டபோதிலும், இவை, யுத்தச் சூழல் ஏற்படுத்தியுள்ள பாதிப்புகள்தான் என்பதை நாம் உணர்ந்து கொள்வது நல்லது.

சிறுவர்களின் மனங்கள் அவை உருவாக்கப்படும் பருவத்தில் மென்மையானவையாகவும், விருத்தியடைந்து கொண்டு வருபவையாகவும் இருப்பதனால், போர் நெருக்கீடுகள் அம்மனங்களில் ஏற்படுத்தும் தாக்கமானது சில சந்தர்ப்பங்களில் நிரந்தரமானதாகவும் மாறிவிடுகின்றது. அத்துடன் இவை சிறுவர்களில் அறிகைசார், உணர்ச்சிசார், நடத்தைசார் மாற்றங்களையும் ஏற்படுத்தி விடுகின்றன. அவர்களுக்குத் தேவைப்படுகின்ற அன்பு, ஆதரவு, அரவணைப்பு, பாதுகாப்பு நிறைந்த சூழல் இல்லாமல் போகின்ற போது, கற்றலுக்கான சூழல் இயல்பானதாக இல்லாதபோது, வன்முறைகளுடனேயே வாழுகின்ற போது, அவர்களது மனம் வன்மம் பெறுகின்றது. சிலவேளைகளில் மனதின் வளர்ச்சி பிறழ்வுற்று, அது சிறுவர்களின் ஆளுமை உருவாக்கத்தில் விரும்பத்தகாத மாற்றங்களை உருவாக்குகின்றது.

இந்தப் பின்னணியிலே பார்க்கும் பொழுது யுத்தம் நடைபெறும் சூழலில் கற்பிக்கின்ற ஆசிரியர்களின் பொறுப்பும், கடமையும் மேலும் அதிகரிக்கின்றது. அவர்கள் யுத்தம் சிறுவர்கள் மீது ஏற்படுத்தி யிருக்கக்கூடிய மாற்றங்களையும் பாதிப்புகளையும் அடையாளம் காணவும், அவற்றைத் தகுந்த முறையில் அணுகவும் கூடியவர்களாக இருத்தல் வேண்டும். இதற்குத் தேவையான அறிவையும், ஆற்றலையும், திறன்களையும் அவர்கள் பெற்றிருக்க வேண்டியது அவசியமாகின்றது.

இந்தத் தேவையை எமது பிரதேசத்தில் பல புனர்வாழ்வுத் திட்டங்களை நிறைவேற்றி வருகின்ற ஜேர்மன் தொழில்நுட்பக் கூட்டுத்தாபனத்தின்(GTZ) கல்விப் பிரிவு உணர்ந்துள்ளது. BECARE என்கின்ற திட்டத்தின் ஊடாக யுத்தம் நடைபெற்ற, நடைபெறுகின்ற சூழலில் கல்விகற்கின்ற மாணவர்களின் சாதாரணமான, பிரத்தியேகமான [illegible]ச்சினைகளை அணுகக்கூடியவகையில் ஆசிரியர்களைப் பயிற்றுவிப்பதனை இச்செயற்றிட்டம் முதன்மையாகக் கொண்டிருக்கிறது. அவ்வாறு ஆசிரியர்களைப் பயிற்றுவிக்கும் போது ஏற்படும் தேவைக்கும், அதன் பின்பு தேவைப்படுகின்ற தொடர்ச்சியான வாசிப்புகளுக்கும் ஏற்றவகையில் ஒரு கைந்நூலை உருவாக்க வேண்டிய அவசியம் ஏற்பட்டது. ஏற்கனவே GTZ இனால் வெளியிடப்பட்ட மகிழ்ச்சிகரமாகக் கற்றல், மகிழ்ச்சிகரமாக வளருதல் ஆகிய புத்தகங்களைத் தொடர்ந்து வருகின்ற இந்தப் புத்தகம் கூடுதலான உளவியல் சார்ந்த அறிவையும், அணுகுமுறைகளையும் வழங்கும் முகமாக வடிவமைக்கப்பட்டிருக்கிறது. இதற்காக ஜேர்மன் தொழில்நுட்பக் கூட்டுத்தாபனத்துடன் இலங்கையின் வடபகுதியில், யாழ்ப்பாணத்தில் இயங்கிக் கொண்டிருக்கும் சாந்திகம் என்கின்ற உளவளத்துணை நிலையத்தின் வள ஆளணியினரும் கல்வித் திணைக்களத்தினரும் இணைந்து இந்தக் கைநூலைத் தயாரித்துள்ளனர்.

அடிப்படையில் இந்தக் கையேடு பிரச்சினைகள் உடைய, பாதிக்கப்பட்ட பிள்ளைகளுக்கு உதவுகின்றவர்களாக ஆசிரியர்களை விருத்தியாக்குவதையும் அதற்குத் தேவையான பயிற்சிகளை வழங்குவதையும் முக்கிய இலக்குகளாகக் கொண்டு எழுதப்பட்டிருக்கின்ற போதிலும் பொதுவாக

ஆரம்பக் கல்வி மாணவர்கள் எல்லாருக்கும் உதவுவதற்குத் தேவையான உளவியல் அறிவும், விசேடமான திறன்களும் இந்தக் கையேடு முழுவதிலும் விரவிக் கிடக்கின்றது. இவ்வாறான பயிற்சி பெற்ற ஆசிரியர்கள் சிறுவர்களுடைய பிரச்சினைகளை அணுகும் திறன் பெற்ற ஆசிரிய உளவளத்துணையாளர்களாக (Teacher Counsellors) வளர்ச்சி பெறுவர். ஆயினும் இவ்வாறு பயிற்சிகளுக்கு உள்ளாகாத, ஆனால் இந்த விடயத்தைப் பற்றி அறியும் ஆர்வம் உடைய ஆசிரியர்களுக்கும், பெற்றோருக்கும் ஏற்ற வகையிலும் இந்தக் கைந்நூல் வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளது.

வீடு கட்டுவதற்கு அத்திவாரம் சரியான முறையில் பலமாக அமையவேண்டும். அதுபோலவே, ஆரம்ப பாடசாலை மாணவர்களின் வளர்ச்சியும், விருத்தியும் சரியான முறையில் அமைய வேண்டியது மிக முக்கியமானது. ஆனால் துரதிஷ்டவசமாக, நடைமுறையில், ஆரம்ப பாடசாலையில் கற்பிப்பதனை தரம் குறைந்த ஒன்றாக, இலகுவாக வேலை செய்யும் இடமாகச் சிலர் கருதுகின்றனர். உண்மையிலே சிறுவர்களின் முழு வளர்ச்சியிலும், விருத்தியிலும் முக்கிய பங்கினை வகிக்கும் இப்பருவத்தை நோக்கும் பொழுதும், அது சிறுவர்களின் எதிர்காலத்தை நிர்ணயிக்கும் தன்மையைக் கணக்கில் எடுக்கும் பொழுதும், இப்பருவத்தைக் கையாளும் ஆசிரியர்களே விசேட துறைசார் நிபுணத்துவம் உடையவர்களாக இருக்க வேண்டியதன் அவசியத்தை உணரலாம். ஆனால் இப்படி ஒரு நிலைமை ஏற்படுவதற்கு நாம் வெகுதூரம் பயணிக்க வேண்டும் என்பதே யதார்த்தமாக இருக்கின்றது.

ஆரம்ப பாடசாலை மாணவர்களை மையப்படுத்தி எழுதப்பட்டாலும், இங்கு சொல்லப்பட்ட, ஆராயப்பட்ட விடயங்கள், உளவியல் பின்னணிகள், அணுகுமுறைமைகள் பொதுவாக எல்லா மாணவர்களுக்கும் பொருத்தம் உடையதே. ஆசிரியர்கள் இவற்றை விளங்கிக் கொண்டால், அதன் மூலம், எந்த வகுப்பு மாணவர்களுக்கும் உதவக்கூடியவர்களாக இயங்குவர்.

ஒருவருக்கு ஏற்படுகின்ற பிரச்சினைகளை, குறிப்பாக உளவியல் சார்ந்த பிரச்சினைகளைத் தகுந்த முறையில் அணுகுவதையும், கையாள்வதையும், அதற்கான தீர்வை நோக்கி வழிப்படுத்துவதையும் நாம் ஆங்கிலத்தில் Counselling என்று அழைக்கின்றோம். தமிழில் இதனை விளக்குவதற்குப் பல சொற்கள் புழக்கத்தில் இருக்கின்றன. இந்தப் புத்தகத்தைப் பொறுத்தவரையில், தென்னிந்தியாவிலும் இங்கும் உபயோகிக்கப்படுகின்ற, "உளவளத்துணை" என்ற சொல் பயன்படுத்தப்பட்டுள்ளது. தென்னிந்தியாவில் இருந்து தமிழில் வருகின்ற சில உளவியல்சார் புத்தகங்களில் "ஆற்றுப்படுத்தல்" எனும் ஒரு சொல் பயன்படுத்தப்படுகிறது. இலங்கைத் தேசிய கல்வி நிறுவகம் "வழிகாட்டலும் ஆலோசனையும்" என்ற தலைப்பைப் பயன்படுத்துகின்றது. யாழ்ப்பாணப் பல்கலைக்கழகக் கல்வித் துறையினரால் "சீர்மியம்" என்று ஒரு சொல் அறிமுகப்படுத்தப்பட்டிருக்கின்றது. உளவளத்துணை என்ற சொற்பதம் ஒருவரில் புதைந்து கிடக்கின்ற ஆற்றல்களையும் வளங்களையும் வெளிக்கொணரும் முறையைக் குறிப்பிடுவதால், அந்தச் சொல்லையே இந்நூலில் நாமும் உபயோகிக்கின்றோம்.

உளவளத்துணையின் அடிப்படையாக இருப்பது ஒரு உதவும் உறவாடல் ஆகும். உளவளத்துணை வழங்குபவர், உளவளத்துணை தேவைப்படுபவருக்குக் தனது பிரச்சினைகளைத் தானே கையாளுவதற்கு உதவுகின்றார். ஆதலினால், உளவளத்துணை வழங்குபவரை உதவியளிப்போர் என்று கூறினால் அது மிகையாகாது. இந்த உதவி அளிக்கும் அணுகுமுறையில் அடிநாதமாக இருப்பது ஒரு நம்பிக்கையின் அடிப்படையிலான உறவே ஆகும். ஒருவர், ஒருவர் மீது நம்பிக்கை வைத்து, தான் அனுபவிப்பவற்றை, உணர்பவற்றைப் பற்றி எல்லாம் கதைத்து, தேவைப்படின் உணர்ச்சிகளை வெளியேற்றி, பின்பு மெல்ல மெல்லத் தனது நடத்தைகளையும், அறிகைப் புலத்தையும் மீள்பார்வை செய்து தேவையான மாற்றங்களையும் ஏற்படுத்திக் கொள்வதற்கு மனிதனுக்கு மனிதன் உதவுகின்ற ஒரு உறவு தேவைப்படுகின்றது. அதை விருத்தி செய்வதே உளவளத்துணையாளர்களின் முக்கிய பணியாக இருக்க வேண்டும். இது பற்றி மேலும் விரிவாக அலகு 8இல் பார்க்கப்படுகின்றது.

சில வேளைகளில் ஆசிரியர்களுக்கும் உளவியல் ரீதியான பிரச்சினைகள், பாதிப்புகள் இருக்கலாம். அவர்களும் அதுபற்றி விழிப்புணர்வு பெற்று, அதைத் தகுந்த முறைகளில் கையாண்டு, தாமாகவோ, அல்லது இன்னொருவரின் துணையுடனோ மேலாண்மை பெறுதல் நல்லது. இல்லையேல் உளவியல் ரீதியாகப் பிள்ளைகளுக்கு உதவி செய்கின்றபோது ஆசிரியர்களின் சொந்தப் பிரச்சினைகளே அதற்குத் தடையாகவும் அமைந்து விடும்.

உளவியல் ரீதியாகத் தொடர்ச்சியாகப் பலருக்கு உதவியளிக்கும் போது, உதவியளிப்பவருக்கும் சில சிக்கல்கள் தோன்றலாம். அவர்கள் காலப்போக்கில் களைப்படைந்தும் சலித்தும் போகலாம். இவ்வாறான விளைவுகளைத் தடுப்பதற்கு உளவியல் உதவியளிக்கும் ஆசிரியர்கள் காலத்திற்குக் காலம் (ஒவ்வொரு கிழமையும்) தங்களுக்குள் குழுக்களாகச் சந்தித்துத் தத்தமது அனுபவங்களையும், வேலைப்பழுக்களையும் பகிர்ந்துகொள்வதுடன், ஒருவருக்கு ஒருவர் ஆதரவாகக் கருத்துக்களையும் பரிமாறிக் கொள்ளலாம். இவ்வாறான குழுக்களில் உளவியல் உதவி சீராக நடைபெறுவதற்கு ஒரு அனுபவம் பெற்ற மூத்த உளவளத்துணையாளரின் மேற்பார்வையும் தேவைப்படும். இவ்வாறான மேற்பார்வையும் கிழமைக்கு ஒருமுறையிலாவது நடப்பது நன்று.

இந்தக் கைந்நூலில் ஒன்பது அலகுகள் இருக்கின்றன. உளநலம் என்ற பதம் குறித்து நிற்கும் அர்த்தம் பற்றியும், அது ஏனையவற்றுடன் எவ்வாறு இணைந்து இருக்கின்றது என்பது பற்றியும், உளநலம் குன்றுதல் என்றால் என்ன என்பது பற்றியும் முதலாவது அலகு விபரிக்கின்றது.

மாணவர்கள் வளர்ச்சியடைந்து கொண்டும் விருத்தியடைந்து கொண்டும் செல்வதனால், அவர்களது தேவைகளும் வெளிபாடுகளும் மாற்றம் அடைந்து கொண்டு செல்கின்றன. பிள்ளைகளினது ஒவ்வொரு வளர்ச்சி – விருத்திப் பருவத்தினைப் பற்றி அறிந்து கொண்டால்தான் பிள்ளைகளின் பிரச்சினைகளை அடையாளம் காணவும், தகுந்த முறையில் அணுகி உதவியளிக்கவும் முடியும். இவற்றை விளக்குவதாக அலகு இரண்டு அமைகின்றது.

சாதாரணமாக மாணவர்களின் கல்விச் செயற்பாடுகளில் எல்லாருக்கும் அக்கறை இருக்கும். உடல், உள, சமூகப் பிரச்சினை உடைய மாணவர்கள் பல சந்தர்ப்பங்களில் கல்விச் செயற்பாடுகளில் குறைபாட்டைக் காட்டி நிற்பர். எனவே ஆசிரியர்கள் பிள்ளைகளினது அறிகைத் தொழிற்பாடுகள் பற்றியும், அவற்றில் தாக்கத்தை ஏற்படுத்தும் காரணிகள் பற்றியும் அறிந்திருத்தல் அவசியம். இவை பற்றி அலகு மூன்று ஆராய்கின்றது.

பிள்ளைகளினது வளர்ச்சியிலும் விருத்தியிலும் பிள்ளை வாழுகின்ற சூழலானது மிகப் பெரியளவில் தாக்கத்தை ஏற்படுத்துகின்றது. பிள்ளைகள் தாங்கள் பார்ப்பவற்றையும், கேட்பவற்றையும், உண்பவற்றையும் வைத்து, தங்கள் கருத்து நிலைகளை வளர்த்துக் கொள்கிறார்கள். தங்களுக்குக் கிடைக்கப்பெறும் கவனம், ஊக்குவிப்புகள், வெற்றி தோல்விகள், மீள வலியுறுத்திகள் என்பவற்றின் ஊடாகத் தங்களது நடத்தைகளை வடிவமைத்துக் கொள்கிறார்கள். முக்கியமாக, ஒழுக்கம் சம்பந்தமான நியமங்களை அவர்கள் பெரியவர்களைப் பார்த்தே (குறிப்பாகப் பெற்றோர், ஆசிரியர்) பழகிக் கொள்கிறார்கள். உதாரணமாகப் பெற்றோர் துப்புரவாகவும், ஒழுங்காகவும் வீட்டுச் சூழலைப் பராமரிக்கும் போது, அந்தச் சூழலில் வளரும் பிள்ளையும் தனது வீட்டு வேலைகளிலும் பாடசாலை வேலைகளிலும் ஒழுங்கையும், துப்புரவையும் பேணப் பழகிக் கொள்ளும். மறுதலையாகப் பெற்றோரோ, ஆசிரியரோ பொருத்தமில்லாத சொற்களைப் (ஏச்சு, தூசணப் பேச்சுக்கள்) பயன்படுத்தும் சூழலில் வளர்கின்ற பிள்ளைகள், தாமும் அவற்றைப் பயன்படுத்தத் தொடங்குவர். முன்பு குறிப்பிட்டபடி, வன்முறைச் சூழலில் வாழுகின்ற பிள்ளைகள் தாமும் வன்முறை சார்ந்த சொற்களையும், நடத்தைகளையும் உபயோகப்படுத்தத் தொடங்குவர். எனவே பிள்ளைகளைப் புரிந்துகொள்வதானால், அவர்கள் வாழுகின்ற சூழல் பற்றியும், அச்சூழலின் நல்லது கெட்டது பற்றியும் தெரிந்திருக்க வேண்டும். பிள்ளைகள் தங்களது வாழ்வின் மிகப் பெரும் பகுதியை வீட்டுச்சூழலிலும், பாடசாலைச் சூழலிலுமே கழிப்பதனால் இவ்விரு சூழல்கள் பற்றி, அவை பிள்ளைகளில் ஏற்படுத்தும் இடைவினைகள் பற்றி ஓரளவிற்கு விரிவாக அலகு நான்கு, ஐந்து என்பன பார்க்க விழைகின்றன.

அடுத்ததாக வருகின்ற அலகில் யுத்தத்தினால், அந்தச் சூழலில் வாழ்வதனால் ஏற்படுகின்ற மனவடு பற்றிக் கூறப்படுகின்றது. யுத்தத்தின் தாக்கம் வளர்ந்தோரில் ஏற்படுத்துகின்ற விளைவுகளைவிடப் பிள்ளைகளில் ஏற்படுத்துகின்ற விளைவுகள் நீண்டகாலப் பரிணாமங்களை உடையவை. அதை அலகு ஆறு கூறுகின்றது.

தொடர்ந்து வருகின்ற மூன்று அலகுகளும் பிள்ளைகளில் தற்பொழுது பொதுவாகக் காணப்படுகின்ற பிரச்சினைகள் பற்றியும், அவற்றை அணுகி உதவியளிக்கக்கூடிய முறைகள் பற்றியும் விபரிக்கின்றன.

அலகு ஏழு பிரச்சினைகளைப் பற்றியும், அவற்றை எவ்வாறு இனங்காணலாம் என்பது பற்றியும் சொல்லுகின்றது. அலகு எட்டு உளவளத்துணையாளராக ஒரு ஆசிரியர் தன்னை மாற்றிக் கொள்வதற்குத் தேவையான அறிவையும், திறன்களையும் வழங்குவதாக எழுதப்பட்டிருக்கின்றது. எந்த வகையான உதவியளித்தலின் போதும், தரமான உறவாடலிலும் கூட, உளவளத்துணையின் அடிப்படை இயல்புகள் தேவையானதாக இருக்கும். ஆதலினால் இந்த அலகு இந்த நூலில் மிகுந்த முக்கியத்துவம் பெறுகின்றது. இதனை அடுத்துப் பிரச்சினைகளைக் கையாள உதவுகின்ற, பாவிக்கப்படுகின்ற உளவளத்துணை தவிர்ந்த ஏனைய சில எளிமையான முறைகள் பற்றி அலகு ஒன்பது விபரிக்கின்றது. இந்த நூலில் பயிற்சி பெறுகின்ற ஆசிரியர்கள் இந்த எளிமையான முறைகளில் தேர்ச்சி பெற்றிருப்பது விரும்பத்தக்கது.

இந்நூலில் வருகின்ற அலகுகள் எல்லாம் பொதுவான ஒரு கட்டமைப்பினுள் வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளன. ஒவ்வொரு அலகிலும், அந்த அலகின் விடயம் பற்றி ஆசிரியர்களுக்குத் தேவையான அளவிற்கு அறிமுறை விடயங்கள் (Theory) கொடுக்கப்பட்டிருக்கின்றன. இதைவிடப் பயிற்சி பெறுதலின் போதும், பின்பு வேறு ஆசிரியர்களுக்குப் பயிற்சியளித்தலின் போதும் பயன்படக்கூடிய செயன்முறைகள், விளையாட்டுகள் போன்றன கட்டமிடப்பட்டு, அதனுள் வர்ண எழுத்துகளில் கொடுக்கப்பட்டிருக்கின்றன. ஆசிரியர்களது சிந்தனைப் புலத்தை உற்சாகமாக்கும் விடயங்கள், வலியுறுத்த வேண்டிய கருத்துக்கள் ஆகியன ஆங்காங்கே கட்டமிடப்பட்டும், வர்ணப் பெட்டகங்களுடும், பக்கங்களின் விளிம்புகளில் சிறிய எழுத்துகளினால் குறிப்பிடப்பட்டும் இருக்கின்றன. இதனைவிடத் தேவைப்படுகின்ற சம்பவ உதாரணங்கள், உரையாடல்கள் என்பனவும் வித்தியாசமாகப் பெட்டகம் இடப்பட்டுள்ளன. ஆங்காங்கே கோட்டுப் படங்களும், புகைப்படங்களும் பயன்படுத்தப்பட்டிருக்கின்றன. வாசகர்கள் தேவைப்படுகின்ற வேளைகளில் தேர்ந்து வாசிப்பதற்கு இவை உதவும் என்று நம்புகின்றோம். இந்த நூலின் பின்னிணைப்பாகத் தமிழ் – ஆங்கில சொற்றொகுதியும் சேர்க்கப்பட்டிருக்கின்றது.

இந்த நூலாக்கத்தில் வள ஆளணியினராகத் துறைசார் அனுபவமுள்ள பலர் பங்குபற்றினார்கள். (விபரம் –ii ம் பக்கத்தில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது.) மிகக் குறைந்தளவு காலத்தில் இந்நூலை உருவாக்கும் தேவை இருந்ததனால், ஒவ்வொரு அலகையும் எழுதும் பொறுப்பை ஒவ்வொருவர் அல்லது இருவர் எடுத்துக் கொண்டனர். அதனால் சிலவேளைகளில் அலகுகளுக்கு இடையிலான மோடியும், மொழிநடையும் சிறிய அளவுகளில் வித்தியாசப்பட்டுக் காணப்படலாம். வாசகர்கள் இதைப் புரிந்துகொள்வார்கள் என எதிர்பார்க்கின்றோம்.

இங்கு முன்பே குறிப்பிட்டபடி இந்தக் கைந்நூல் உளவளத்துணை வழங்கும் ஆசிரியர்களுக்கு ஒரு வழிகாட்டி நூலாகவும், உசாத்துணை நூலாகவும் பயன்படும். ஆயினும், பொதுவாகப் பிள்ளைகளுடன் தொடர்புகொண்டுள்ள பெற்றோர், ஆசிரியர்கள், இல்லப் பராமரிப்பாளர்கள், அரச – அரசசார்பற்ற நிறுவன உத்தியோகத்தர்கள் யாவருக்கும் இது பயனுடையதாக இருக்கும். இந்தப் பதிப்பிலுள்ள குறைநிறைகளை வாசகர்களும், பயனாளிகளும் எமக்குத் தெரிவிப்பார்கள் எனவும் நாம் நம்புகின்றோம்.

நிறைவாக, இந்நூல் உருவாக்கம் ஒரு கூட்டுமுயற்சி. இம்முயற்சி, திரு. சுந்தரம் டிவகலாலா அவர்களின் முழு முயற்சியும் பங்களிப்பும் இல்லையாயின் முழுமை பெற்றிருக்க முடியாது. இந்த நூலின் ஊடாக வள ஆளணியினரின் கருத்துகளும், வாசக ஆசிரியர்களின் அனுபவங்களும் இணையும் பொழுதே அது முழுமையான ஒரு அனுபவமாக உணரப்படும். அது அவ்வாறு நடக்க வேண்டும் என இறைஞ்சுவோமாக!

பதிப்பாசிரியர்கள்
சாந்திகம்
தை, 2003

மதிப்புரை

ஜேர்மன் அபிவிருத்தி கூட்டுழைப்பகம் அதன் அடிப்படைக் கல்வி நிகழ்ச்சித் திட்டத்தின் மூலமாக, அனுகூலமற்ற பிரதேசங்களில் வாழும் பிள்ளைகளின் அடிப்படைக் கல்வி மேம்பாட்டிற்காக வவுனியாவில் ஒரு செயற்றிட்டத்தினை நிறுவியுள்ளது. இந்த செயற்றிட்டம் 2001ம் ஆண்டு மாசி மாதம் ஆரம்பிக்கப்பட்டது. இச்செயற்றிட்டம் கடந்த காலங்களில் ஏற்பட்ட கசப்பான சம்பவங்களினால் மனவடுவிற்குள்ளாக்கப்பட்ட பிள்ளைகட்கு மறுவாழ்வு வழங்கி அவர்களை மகிழ்ச்சிகரமான வாழ்விற்கு இட்டுச்செல்ல இடைவிடாது உழைக்கின்றது.

பிள்ளைகளின் மனவடுவைப் போக்கி இயல்பு நிலைக்கு அவர்களைக் கொண்டு வருவதற்கு அவர்களது குடும்பத்தினர், பாடசாலைகள், ஆசிரியர்கள் ஆகியோர் பெரும் பங்கு கொள்ள வேண்டும், பிள்ளைகளின் உள ஆரோக்கியத்தினை அறிந்து அளவிட அவர்களது மன அதிர்வுகள், அறிவுச் செயற்பாடுகள், பருவத்திற்குரிய திறன் வளர்ச்சி, சூழலுக்கேற்ற உறவு நிலைகள் ஆகியன உதவும். பிள்ளைகள் தொடர்ச்சியாக வளர்ச்சியடைவார்கள். வழமைக்குட்பட்ட பிள்ளைகளின் சாதாரணமான வளர்ச்சி நிலை பற்றிய அறிவு பிள்ளைகளின் வளர்ச்சிக் குறைபாடுகளை இனங்காண உதவும். பிள்ளைகளிடத்தே இயல்பாக ஏற்படுகின்ற கற்றல் வளர்ச்சிக்கு உற்சாகமான சூழல், ஆர்வம், புத்தி சாதுர்யம், ஞாபகசக்தி – பிரித்தறியும் திறன் போன்ற உளவியல் கூறுகளும் உதவும், இவைகளை ஏற்படுத்தித் தருவதிலும் வளர்ப்பதிலும் ஆசிரியர்கட்கு பெரும் பங்குண்டு. உடல் ஊனங்களும், மனவருத்தங்களும் பிள்ளைகளின் கற்றலைக் கடுமையாகப் பாதிக்கலாம், பிரச்சினைகளைச் சரியாகக் கண்டறிந்து பொருத்தமானதும் தரமானதுமான வழிகாட்டல்களை கையாள்வதற்கு ஆசிரியர்கள் சிறப்பாக பயிற்றுவிக்கப்படுவது அவசியமாகும்.

ஜேர்மன் அபிவிருத்திக் கூட்டுழைப்பகத்தின் அனுகூலமற்ற பிரதேசங்களைச் சேர்ந்த பிள்ளைகளின் அடிப்படைக் கல்வி மேம்பாட்டு செய்றிட்டம் வெளியிடும் இவ்வாசிரியர் கைந்நூல் தேவையான சகல அம்சங்களையும் உள்ளடக்கிய நல்லதொரு நூலாகும். இதனை இத்துறையில் பாண்டித்தியமிக்க அறிவாளர்கள், டாக்டர். எஸ்.சிவயோகன், திருமதி கோகிலா மகேந்திரன், பேராசிரியர் தயா சோமசுந்தரம் ஆகியோர் தொகுத்திருக்கின்றனர். இந்நூலினை எழுதி எடுப்பதில் யாழ் சாந்தியத்தைச் சேர்நத பல ஆலோசகர்கள் கடுமையாக உழைத்திருக்கின்றனர். இச் சந்தர்ப்பத்தில் அவர்கள் அனைவருக்கும் எனது மனமார்ந்த நன்றிகளை நான் கூறிக்கொள்ள விரும்புகின்றேன்.

இந்த " சிறுவர் உளநலம்" ஆசிரியர் கைந்நூலில் ஒன்பது அத்தியாயங்கள் உள்ளன. அவையாவன :

1. உள நலம்.
2. வளர்ச்சியும் விருத்தியும்
3. கற்றல்
4. பாடசாலைச் சூழல்
5. குடும்பம்
6. போர் இடர்பாடுகள்
7. பிரச்சினைகள்
8. உளவளத்துணை
9. உதவும் வழிமுறைகள்

ஒவ்வொரு அத்தியாயத்திலும் அதன் நோக்கம், ஆசிரியர் பெற வேண்டிய விளக்கம், அந்த விளக்கத்தினை உள்வாங்குவதற்கு செய்ய வேண்டிய செயற்பாடுகள், தேவையான பின்னிணைப்பு தகவல்கள் என பல விடயங்கள் உள்ளடக்கப்பட்டுள்ளன. கைந்நூலின் தொகுப்பு சுவர்ச்சியாகவும் பயனுள்ளதாகவும் அமைந்துள்ளமை குறிப்பிடத்தக்கது.

மனதில் தயக்கம் எதுவும் ஏற்படாது மகிழ்ச்சியாக வாழ்கின்ற பிள்ளைகளின் "உள நலம்" எப்படி அமைகின்றது? அவ்வாறான பிள்ளைகளின் சிறப்பியல்புகள் எவை? என்னும் விடயங்கள் முதலாவது அத்தியாயத்தில் சிறப்பாகக் கூறப்பட்டுள்ளன. உள நலமான பிள்ளைகளின் வளர்ச்சி, அபிவிருத்தி ஆகியன படிப்படியாக எவ்வாறு

ஏற்படுகின்றன? என்ன என்ன மாற்றங்கள் காலத்திற்குக் காலம் இடம்பெறுகின்றன என்பன "வளர்ச்சியும் விருத்தியும்" எனும் அத்தியாயம் இரண்டில் சித்திரிக்கப்பட்டுள்ளன. பிள்ளைகளில் கற்றல் ஏற்படுத்தும் வளர்ச்சி, விளைவு ஆகியன "கற்றல்" எனும் மூன்றாவது அத்தியாயத்தில் தெளிவாகக் கூறப்பட்டுள்ளது. பிள்ளைகளின் வளர்ச்சியில் பாடசாலைச் சூழலின் பங்களிப்பின் அவசியம், அவை ஏற்படுத்தும் துணையான, துரோகமான நிலைப்பாடுகள் என்பன "பாடசாலைச் சூழல்" எனும் நான்காவது அத்தியாயத்தில் தெளிவுபடுத்தப்பட்டுள்ளன. மகிழ்ச்சியானதும், ஆரோக்கியமானதுமான பிள்ளை வளர்ப்பில் அவரது குடும்பம் வகிக்கும் பங்கு இன்றியமையாதது. இதனை "குடும்பம்" எனும் ஐந்தாவது அத்தியாயம் விளக்குவதுடன் இதனைச் சிறப்படையச் செய்வதற்கு ஆசிரியர் பங்கு என்ன என்பதனையும் சுட்டிக் காட்டுகின்றது. மனவடு பல காரணங்களினால் ஏற்படலாம். வடக்கு கிழக்கு மாகாணத்தில் யுத்த அனர்த்தங்கள் பங்கு பிள்ளைகள் மத்தியில் உள்ள மனவடுவிற்கு ஒரு விசேட காரணமாக உள்ளது என்பது "போர் இடர்பாடுகள்" எனும் ஆறாவது அத்தியாயத்தில் அழுத்தப்பட்டுள்ளது. யுத்த அனர்த்தங்கள் ஒன்றல்ல இரண்டல்ல, அவை கணக்கில் அடங்கா. மன பாதிப்புக்களால் ஏற்படும் பிரச்சினைகள் பல. அவை சாதாரணமான அழுத்தங்கள் தொடக்கம் கடுமையான மனவடுவரை இருக்கலாம். சாதாரணமான அழுத்தங்கள் ஆசிரியரது அன்பு, ஆதரவு, ஆலோசனைகளினால் காலப் போக்கில் களையப்படலாம். கடுமையான மனவடு வைத்திய சிகிச்சைகளுக்கு உட்படுத்தப்பட வேண்டியவையாக இருக்கும். எனவே பிரச்சனைகள் சரியாக இனங் காணப்பட்டு ஆசிரியர்களினால் கையாளப்பட வேண்டும் என்னும் முக்கியமான கருத்து "பிரச்சினைகள்" என்னும் ஏழாவது அத்தியாயத்தில் கண்டித்துக் கூறப்பட்டுள்ளது. ஆலோசனை என்றால் என்ன? ஒரு ஆலோசகருடைய குணாதிசயங்கள் எவை? ஆலோசனைக்கு வேண்டிய கருவிகள், உபாயங்கள், உத்திகள் யாவை? என்னும் நுட்பமான விடயங்கள் "உளவளத்துணை" எனும் எட்டாவது அத்தியாயத்தில் ஆராயப்பட்டுள்ளன. இவைகளை விட பாதிப்படைந்த பிள்ளைகளுக்கு அன்பு, ஆதரவு, இரக்கம், சகிப்பு, புரிந்துணர்வு போன்ற அரிய சாதனங்கள் ஆசிரியர்கட்கு எப்படி உதவும்? அவற்றை அவர்கள் எப்படிக் கையாள வேண்டும் என்னும் விடயங்கள் "உதவும் வழிமுறைகள்" எனும் இறுதி அத்தியாயத்தில் சுட்டிக்காட்டப்பட்டுள்ளன.

கூட்டு மொத்தமாகப் பார்க்கும்பொழுது இக்கைந்நூல் அரியதொரு பொக்கிசமாகும். இதனை ஆக்குவதில் அரும்பாடுபட்ட, அனுகூலமற்ற பிரதேசங்களில் வாழும் பிள்ளைகளின் அடிப்படைக்கல்வி அபிவிருத்தி செயற்றிட்டத்தின் முகாமையாளர் தொடக்கம் அனைத்து ஊழியர்கட்கும் எனது பாராட்டுக்களையும், நன்றியையும் கூறிக் கொள்கின்றேன். இந்நூல் பலருக்கும் நற்பயன் தரும் என்பதில் சந்தேகமில்லை.

இச்செயற்றிட்டத்தினை, குறிப்பாக வடக்குக் கிழக்கு மாகாணத்தில் ஏற்படுத்தி செயற்படுத்தும் ஜேர்மன் அபிவிருத்திக் கூட்டுழைப்பக அடிப்படைக்கல்வி நிகழ்ச்சித் திட்டத்தினருக்குப் பொதுவாகவும் அதன் பிரதம தொழில்நுட்ப ஆலோசர் டாக்டர் எம். இ. கேர்த் அவர்கட்குக் குறிப்பாகவும் எனது நன்றிகள் உரித்தாகுக.

"சிறுவர் உளநலம்" எனும் இவ்வாசிரியர் கைந்நூல், ஆசிரியர்கட்கு வழங்கும் அறிவு, எமது மாணவரிடையே பரவலாக் காணப்படும் மனநோய்களைக் களைந்தெறிய உதவட்டும் என்று இறைவனைப் பிரார்த்திக்கின்றேன்.

ஆர். தியாகலிங்கம்
செயலாளர்
கல்வி பண்பாட்டலுவல்கள்
விளையாட்டுத்துறை அமைச்சு
வடக்கு கிழக்கு மாகாணம்
திருகோணமலை.

ஆர். தியாகலிங்கம்
செயலாளர்
வடக்கு-கிழக்கு மாகாண கல்வி, பண்பாட்டலுவல்கள்,
விளையாட்டுத்துறை, இளைஞர் விவகார அமைச்சு.

பொருளடக்கம்

அத்தியாயம் 1 **உளநலம்**
1.1 அறிமுகம் 1
1.2 உளநலமும் கல்விச் சூழலும் 2
1.3 உளநலம் என்றால் என்ன? 3
1.4 உளநலம் உள்ள சிறுவர்களின் இயல்புகள் 3
1.5 உளநலத்தில் செல்வாக்குச் செலுத்தும் காரணிகள் 7
1.6 உளநல மேம்பாடு 10
1.7 உளநலத் தேவைகள் 12
1.8 முடிவுரை 12

அத்தியாயம் 2 **வளர்ச்சியும் விருத்தியும்**
2.1 அறிமுகம் 15
2.2 பிள்ளையின் வளர்ச்சியும் விருத்தியும் 16
2.3 வளர்ச்சிப் பருவங்கள் 18
2.4 முடிவுரை 36

அத்தியாயம் 3 **கற்றல்**
3.1 அறிமுகம் 39
3.2 கற்றல் 40
3.3 எண்ணக்கரு 45
3.4 புலக்காட்சி 47
3.5 நுண்ணறிவு 50
3.6 ஞாபகம் 53
3.7 கற்றல் இடர்ப்பாடுகள் 56
3.8 முடிவுரை 56

அத்தியாயம் 4 **பாடசாலைச் சூழல்**
4.1 அறிமுகம் 59
4.2 பாடசாலைச்சூழலின் முக்கியத்துவம் 60
4.3 ஆரோக்கியமான பாடசாலையின் பண்புகள் 64
4.4 ஆசிரியர் திறன்கள் 66
4.5 கற்பித்தல் அணுகுமுறை 71
4.6 மாணவர் செயற்பாடு 75
4.7 முடிவுரை 77

அத்தியாயம் 5 **குடும்பம்**
5.1 அறிமுகம் 79
5.2 குடும்பம் 80
5.3 குடும்ப வகைகள் 85
5.4 குழந்தையின் விருத்திப் பருவங்களில் குடும்பம் மற்றும் ஆசிரியர்களின் பங்களிப்பு 87
5.5 குடும்பச் செயற்பாட்டைப் பாதிக்கும் காரணிகள் 89
5.6 பிரச்சினைக்குரிய குடும்பம் 91
5.6 முடிவுரை 93

அத்தியாயம் 6 போர் இடர்ப்பாடுகள்

6.1 அறிமுகம் 95
6.2 போர் நெருக்கீடுகள் 96
6.3 சிறுவர்களில் போர் நெருக்கீடுகளின் வெளிப்பாடுகள் 103
6.4 போர் நெருக்கீடுகளைக் கையாளல் 107
6.5 முடிவுரை 112

அத்தியாயம் 7 பிரச்சினைகள்

7.1 அறிமுகம் 115
7.2 பாதிக்கப்பட்ட பிள்ளையை இனங்காணும் வழிமுறைகள் 116
7.3 நெருக்கீடுகளை ஏற்படுத்தும் காரணிகள் 119
7.4 பிள்ளையின் பாதிப்புகளும் வெளிப்பாடுகளும் 124
7.5 பிள்ளைகளுக்கு ஏற்படும் பிரச்சினைகள் 131
7.6 முடிவுரை 145

அத்தியாயம் 8 உளவளத் துணை

8.1 அறிமுகம் 147
8.2 உளவளத்துணையாளரின் ஆளுமைக் கூறுகள் 148
8.3 அமர்வுகள் 150
8.4 உளவளத்துணை நுண்திறன்கள் 154
3.5 முடிவுரை 173

அத்தியாயம் 9 உதவும் வழிமுறைகள்

9.1 அறிமுகம் 175
9.2 இயல்பாக்கல் முறைகளின் வகைகள் 177
9.3 இலகுவாகக் கையாளும் முறைகள் 177
9.4 விசேட இயல்பாக்கல் முறைகள் 181
9.5 முடிவுரை 194

PDF Reducer Demo

உள்ளொளி பெருக்கி
உலப்பிலா ஆனந்தமாய
தேனினைச் சொரிந்து
புறம் புறம் திரிந்த
செல்வமே......

- வாதவூர் -

1

உளநலம்

- உள்ளம் அல்லது மனம் என்றால் என்ன?
- உளநலம் என்றால் என்ன?
- உளநலம் உடைய சிறுவர்களின் இயல்புகள் யாவை?
- உளநலம் குன்றிய சிறுவர்களின் வெளிப்பாடுகள் யாவை?
- சிறுவர்களின் உளநலத்தை எவ்வாறு மேம்படுத்தலாம்?

1.1 அறிமுகம்

சுகம், நலம், ஆரோக்கியம் போன்ற சொற்களை நாங்கள் பல சந்தர்ப்பங்களில் பயன்படுத்துகின்றோம். இவை பொதுவாக எமது உடல் சார்ந்த நிலைமைகளை

PDF Reducer Demo

நோய் அல்லது நோயற்ற நிலைமைகளை விபரிப்பதாகவே அமைந்து விடுகின்றன. ஆயினும் "நலமாக இருத்தல்" என்பது உடல் சார்ந்த நிலைமைகளையும் தாண்டி உளம் சார்ந்த, சமூகம் சார்ந்த, ஆன்மீகம் சார்ந்த நிலைமைகளையும் விபரிப்பதாகவே அமைய வேண்டும். ஏனெனில் உடல், உளம், சமூகம், ஆன்மீகம் என்பன ஒன்றுடன் ஒன்று நெருங்கிய தொடர்பைக் கொண்டிருப்பதுடன் ஒன்றில் பிரச்சினை ஏற்படும் போது அது மற்றவற்றைப் பாதிப்பதாக இருப்பதனையும் நாம் விளங்கிக் கொள்ள வேண்டும். உதாரணமாக, சமூகத்தில் வறுமை நிலவும் போது போஷாக்குக் குறைந்த, உடல் மெலிந்து வயிறு ஊதிய சிறுவர்களை அது உருவாக்கும். இவ்வாறான சிறுவர்கள் உற்சாகம் குன்றியவர்களாகவும் அடிக்கடி சினந்து, எரிச்சற்பட்டு அழுபவர்களாகவும் இருப்பார்கள். இன்னுமொரு உதாரணமாக, திடீரென்று தந்தையை இழந்த சிறுமி அந்த இழப்புப் பிரதியீடு செய்யப்படாத நிலையில் மனம் சோர்ந்து, கல்வியில் அக்கறை காட்டாது, சாப்பிடுவதில் நாட்டமில்லாது, நாளடைவில் சளி, காய்ச்சல் போன்ற நோய்களுக்கு ஆளாகுவதைக் காணலாம்.

உடல் விளைவுகள் எனும்போது அவற்றை இலகுவாக அடையாளம் காணலாம். ஆனால் உளம் அல்லது மனம் என்பதனை வெளிப்படையாகக் கண்டு உணர்வது கடினம். ஆயினும் ஒரு பிள்ளையினது சிந்தனை, செயற்பாடு, உணர்ச்சி வெளிப்பாடு, நடத்தைக் கோலங்கள், கற்றல் விருத்தி, ஆக்கத்திறன் போன்றவற்றை அவதானிப்பதன் ஊடாகப் பிள்ளையின் உள்ளத்தை, மனநிலையைப் புரிந்து கொள்ளலாம். இன்னொரு வகையில் சொல்வதானால் மேற்கூறப்பட்டவற்றின் ஊடாக நாம் பிள்ளையின் உளநலத்தை அறிந்துகொள்ளலாம். இந்தவகையில் உளநலம் என்கின்ற இவ்வலகிலே சிறுவர் உளநலம் என்றால் என்ன? என்பது பற்றியும், அதைப் பாதிக்கும் காரணிகள், மேம்படுத்தும் வழிமுறைகள் என்பன பற்றியும் நாங்கள் அறிந்து கொள்ளலாம்.

1.2 உளநலமும் கல்விச் சூழலும்

உளநலத்திற்கும், உடல் ஆரோக்கியம், சமூக நடத்தை என்பனவற்றுக்கும் ஏதாவது தொடர்பு இருக்கக்கூடும் என்று நீங்கள் கருதுகின்றீர்களா?

சிறுவர் உளநலம் சம்பந்தமான நேரடித் தொடர்பும், பொறுப்பும் ஆசிரியர்களிற்கு இருக்கின்றது. ஏனெனில், குடும்பத்திற்கு அடுத்ததாகப் பிள்ளையின் முக்கிய சமூகமயமாக்கல் மையமாகப் பாடசாலை அமைகிறது. பிள்ளைகளின் உளநலத்திற்கும், அவர்களது கற்றல் செயற்பாடுகளுக்கும் சமூகமயமாக்கலுக்கும் இடையே நெருக்கமான தொடர்பு இருப்பதனால் சிறுவர்களின் உளநலத்தில் பாடசாலை ஆசிரியர்களின் பொறுப்பு மிக முக்கியமாக அமைகிறது.

பாடசாலையிலே கல்வி கற்கின்ற சிறுவர்கள் ஒவ்வொருவரும் தனித்துவமான வராகவே இருப்பர். ஒவ்வொருவரும் தமக்கெனச் சில துறைகளிலேனும் திறமையாகச் செயற்படக்கூடியவர்களாக இருப்பர். இவ்வகையிலே ஆசிரியர்கள் சிறுவர்களின் ஆற்றல்களையும் திறன்களையும் இனங்காணக் கூடியவர்களாக இருப்பதோடு, அவ்வாற்றல்கள், திறன்கள் ஊடாக அவர்களது உளநலத்தினை மேம்படுத்தக்கூடியவராகவும் செயற்படுவது விரும்பத்தக்கது.

ஆசிரியர்கள் சிறுவர்களின் சுகாதாரப் பழக்கவழக்கங்களை வளர்த்தெடுத்தல், சிறுவர்களது உடல் ஆரோக்கியத்தைப் பேணும் வழிமுறைகளை ஊக்குவித்தல் போன்ற விடயங்களில் அக்கறை காட்டுவது எவ்வளவு அவசியமானதாக இருக்கின்றதோ, அதுபோலவே சிறுவர்களின் உளநலத்தில் கவனம் செலுத்துவதும், சிறுவர்களை உளரீதியாக மேம்படுத்துவதும் அவசியமானதாகும்.

உளநலத்துடன் இருக்கும் சிறுவர்களது கற்றல் அடைவுகள் பொதுவாக உயர்வாகவே இருக்கும். இவர்கள் வகுப்பறைச் சூழலோடும் பாடசாலைச் சூழலோடும் ஒருங்கிசைந்து, ஒழுங்கான செயற்பாட்டை மேற்கொள்வார்கள். மாறாக உளநலம் குறைந்த பிள்ளைகளால் வகுப்பறைச் சூழல், பாடசாலைச் சூழல் என்பன குழப்பம் அடைவதற்கு இடமுண்டு. இவ்வாறான பிள்ளைகளினாலே ஏனைய பிள்ளைகளது இயல்பு நிலையும் பாதிக்கப்படலாம். எனவே ஆசிரியர்கள் சிறுவர்களை உளரீதியாக மேம்படுத்த வேண்டியது அவசியமாகின்றது.

ஆசிரியர்கள் உளவியல் ரீதியாகச் சிறுவர்களை மேம்படுத்த வேண்டுமாயின் சிறுவர்களது உளநலம் என்றால் என்ன என்பது பற்றிய எண்ணக்கருவினைத் தெளிவாக விளங்கிக் கொள்வதோடு, அவர்களை எவ்வாறு மேம்படுத்தலாம் என்பது பற்றியும் அறிந்திருத்தல் அவசியமானதாகும்.

1.3 உளநலம் என்றால் என்ன?

உளநலம் என்பதனைத் தனியாக ஒரு சட்டக அமைப்புக்குள் அடக்கிவிட முடியாது. அது ஆரோக்கியமான உடல்நிலை, ஆரோக்கியமான சமூகச்சூழல், ஆரோக்கியமான ஆன்மீக ஈடுபாடு என்பவற்றோடு தொடர்புடையதாகவே இருக்கின்றது.

உடல் ஊனமுற்ற ஒருவர் உளநலம் குன்றியவராகவே இருப்பார் எனக் கணிப்பீடு செய்யலாமா?

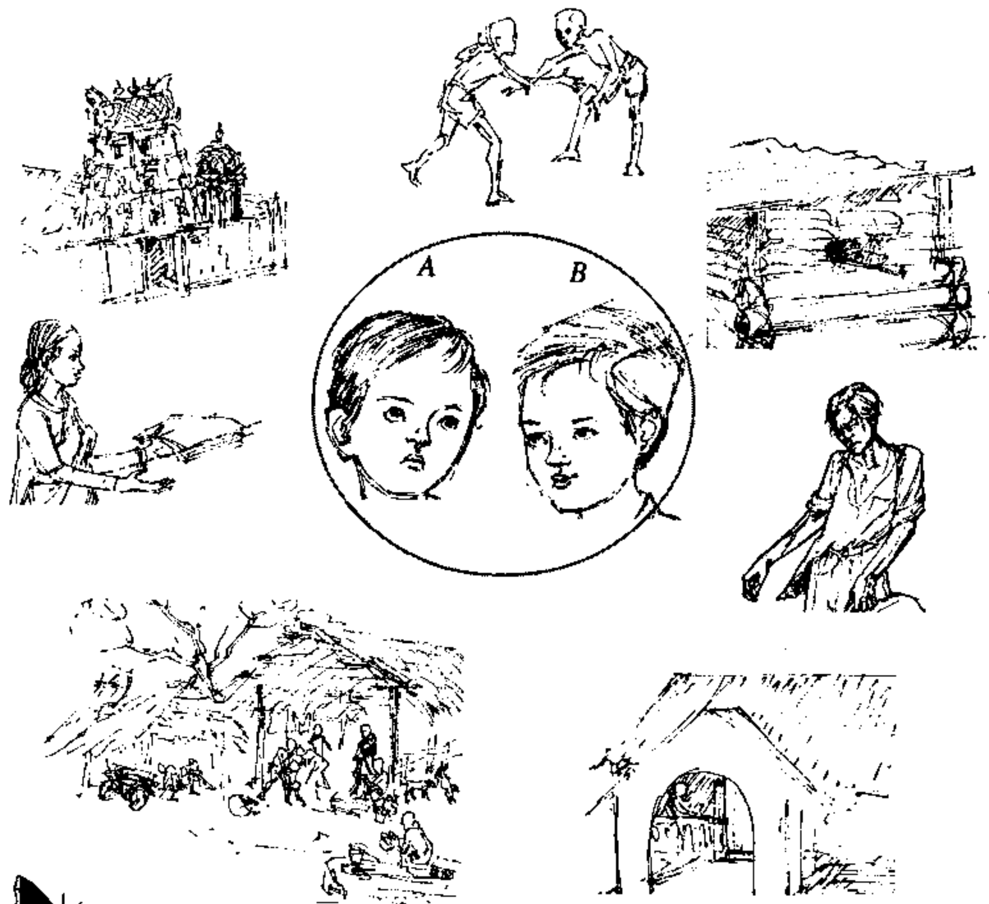
பொதுவாக மனதினுடைய செயற்பாட்டை உணர்ச்சிகள், அறிவாற்றல், மேலும் இவற்றின் வெளிப்பாடான நடத்தைகள் என்று பிரித்து நோக்கும் ஒரு மரபு இருக்கின்றது. உளநலமுடைய சிறுவரில் இந்த ஒவ்வொரு தொகுதியினதும் இயக்கப்பாடுகள் ஆரோக்கியமானதாகக் காணப்படும். இன்னொரு வகையில் சொல்லப்போனால், ஒரு சிறுவனின் உணர்ச்சிகள், அறிவாற்றல், நடத்தைகள் ஆரோக்கியமாக இருக்கின்ற பொழுது, அச்சிறுவன் உளநலத்துடன் இருப்பதாக முடிவு செய்யலாம்.

உளநலம் உள்ள பிள்ளைகள் அவர்களின் வயதிற்கு ஏற்றதாகவும் சம்பவங்களுக்கு ஏற்றதாகவும் துலங்கலை வெளிப்படுத்துவதனை அவதானிக் கலாம். ஒருவர் தமது நாளாந்த வாழ்க்கைச் செயற்பாடுகளைச் சிறப்பாகச் செய்யக் கூடியதாக இருப்பதோடு இயல்பு வாழ்க்கை வாழக்கூடியதாகவும் இருக்கின்ற நிலையே சிறந்த உளநலம் எனலாம்.

1.4 உளநலம் உள்ள சிறுவர்களின் இயல்புகள்

பிள்ளைகளின் உள ஆரோக்கியம் எவ்வாறான நிலையிலே இருக்கின்றது என்பதனை அவர்களது செயற்பாடுகள் மூலம் அறிந்துகொள்ளலாம். பிள்ளைகளது சமவயதுக் குழுக்களுடனான செயற்பாடுகள், உணர்வுகளை வெளிக்காட்டும் தன்மை, உற்சாகம், அக்கறையுடன் தொழிற்படுதல், நம்பிக்கைக்குரியவராக இருத்தல், அவர்கள் குடும்ப மட்டத்தில் செயற்படும் பாங்கு போன்றவற்றிலும் சிறுவர்களில் உளநலத்தின் தன்மை வெளிப்படுகின்றது. பிள்ளைகளின் நடத்தைகள் வெவ்வேறு வயது விருத்தி நிலைகளில் வெவ்வேறு விதமாக அமைகின்றன (அலகு 2ஐப் பார்க்கவும்). எனவே பிள்ளைகள் தமது வயதிற்கு ஏற்ற நடத்தைகளை வெளிப்படுத்துவார்களாயின், அவர்களது உளநலம் சிறப்பாக இருக்கின்றது என்கின்ற கருதுகோளிற்கு நாம் வரமுடியும்.

விவேகக் குறைபாடு உள்ள பிள்ளைகள் உளநலத்துடன் இருப்பார்களா?



செயற்பாடு

- மேலேயுள்ள படத்தினை நன்கு அவதானிக்குக.
- A என்ற பிள்ளையினுடையதும் B என்ற பிள்ளையினுடையதும் உளநலம் பற்றி ஏதாவது உரை முடிகின்றதா?
- இவ்வாறான உளநலத்தன்மை இவர்களுக்கு எவ்வாறு ஏற்பட்டிருக்கலாம் என்பதனை எழுதுக.

இவற்றைவிட, சமூகத்தோடு இசைந்து நடக்கின்ற தன்மையின் அடிப்படையிலே சிறுவர்களின் உளநலனைக் கணிப்பீடு செய்கின்ற மரபு இருக்கின்றது. உதாரணமாக, வகுப்பறையில் மற்றைய மாணவர்களோடு சிறந்த உறவினை வைத்திருத்தல், குடும்ப அங்கத்தவர்களோடு நல்ல உறவினைப் பேணுதல், குடும்பச் சூழல், பாடசாலைச் சூழல் என்பனவற்றிலே இருக்கின்ற ஆரோக்கியமான ஒழுங்கு

→ **சாதாரணமாக நல்லபிள்ளை எனக் கணிக்கப் படக்கூடிய ஒரு பிள்ளை எப்பொழுதும் சிறந்த உளநலம் உள்ள பிள்ளையாகவே இருப்பார் எனக் கூறமுடியுமா?**

உள ஆரோக்கியம் உள்ள பிள்ளை என்பதும் சாதாரணமாக மக்களாலே கணிக்கப்படும் நல்ல பிள்ளை என்பதும் ஒரே கருத்துடையதாக அமையமாட்டா. அதேபோல குறித்த ஒரு காலத்திலே, குறித்த ஒரு சூழலிலே உள ஆரோக்கியம் குறைந்தவராக இருந்த ஒரு பிள்ளை பின்னர் எப்பொழுதுமே ஆரோக்கியம் குறைந்தவராகவே இருப்பார் எனக் கருதிவிட முடியாது.

→ **சமூகத்தோடு இசைந்து நடப்பவர்கள் அனைவரையும் சிறந்த உளநலம் உள்ளவர்கள் எனக் கருதமுடியுமா?**

பொதுவாக உளநலம் உள்ளவர்கள் சமூகத்தோடு இசைந்து நடப்பார்கள். ஆனால் சமூகமே பிரச்சினைக்குரியதாக இருக்கின்ற போது அச்சமூகத்துடன் இசைந்து நடத்தல் என்பது உளநலம் குன்றிய நிலையினையே குறித்து நிற்கும்.

→ **பிரச்சினைகளைப் பெருமளவிலே சந்திக்கின்ற ஒருவர் என்பதற்கும் அவரது உளநலத்தின் தன்மைக்கும் ஏதாவது தொடர்பு இருக்கும் எனக் கருதலாமா?**

பிரச்சினைகள் என்பவை மனிதர்கள் எல்லோருக்குமே ஏற்படுகின்றன. அதுபோலவே முரண்பாடுகளும் எல்லா மனிதர்களின் வாழ்விலும் ஏற்படக்கூடும். ஆனால் சிறந்த உளநலம் உள்ளவர்கள் சிறந்த உளநலம் அற்றவர்களைவிட இப்பிரச்சினைகளைச் சாதகமான முறையில் கையாளக்கூடியவர்களாக இருப்பர்.

விதிகளைப் பேணி மதித்து நடத்தல், பிறருக்கு உதவி செய்தல், மற்றையவர்களிடம் தேவைகருதி உதவிபெறத் தயக்கம் காட்டாமை, வகுப்பின் அல்லது குழுவின் நன்மை கருதி நேர்மையான முறையில் செயற்படுதல் போன்ற இயல்புகள் உள்ள சிறுவர்களின் உளநலம் பொதுவாகச் சிறப்பான முறையில் அமைந்ததாக இருக்கும். எனினும், இப்பிள்ளைகளின் குடும்பம், பாடசாலை போன்ற சமூகச் சூழல் பிரச்சினைக்குரியனவாக இருக்கும்போது உளநலம் உள்ள பிள்ளைகள் அச்சூழலுக்கு இசைந்து போகாது தமது எதிர்ப்பைக்காட்ட முயற்சி செய்வதை ஆரோக்கியமான தென்றே கருதவேண்டும்.

எல்லாப் பிள்ளைகளது வாழ்விலும் மகிழ்ச்சி, துக்கம், கோபம், இழப்பு, பயம், விரக்தி, கசப்பு போன்ற உணர்வுகள் ஏற்படுவதற்கான சந்தர்ப்பங்கள் ஏற்படலாம். இவ்வாறான சந்தர்ப்பங்களிலே அச் சந்தர்ப்பத்திற்கேற்ற துலங்கல்களைச் சரியான அளவிலே பிள்ளை வெளிப்படுத்துமாயின் அப்பிள்ளையின் உளம் நலமாக இருக்கிறது எனும் முடிவுக்கு வரலாம். உளநலம் குறைவான பிள்ளைகள் குறித்த சந்தர்ப்பத்திற்கான துலங்கல்களை ஒழுங்கற்ற முறையில் மாறி வெளிக்காட்டு பவர்களாக இருப்பார்கள்; அல்லது அவற்றைக் குறைந்த அளவில் அல்லது அளவுக்கு அதிகமாக வெளிக்காட்டுபவர்களாக இருப்பார்கள். சிலவேளைகளில் துலங்கல் எதையும் வெளிக்காட்ட முடியாதவர்களாகவும் இருப்பார்கள்.

பொதுவாக உளநலம் உள்ள சிறுவர்கள் விளையாடுதல், கற்றல், தமது நாளாந்த கருமங்களைச் செய்தல், வீடு, பாடசாலை, ஆலயம் போன்றவற்றிலே தமது கடமைகளைச் செய்தல் ஆகியவற்றிலே அக்கறையுடன் செயற்படுபவர்களாக இருப்பார்கள்.

செயற்பாடு

- பயிலுநர்களை இரண்டு, இரண்டு பேராகச் சேர்ந்து இருக்கச் செய்க.
- பயிலுநர்களது கண்களை மூடச் செய்து அவர்களது வாழ்வியல் அனுபவங்களைப் பின்நோக்கிப் பார்க்கச் செய்க.
- தான் அனுபவித்த உணர்வுகளையும், சந்தர்ப்பங்களையும், தாம் அதனை அனுபவித்த விதத்தையும் தனது துணைவருடன் கலந்துரையாட வழிப்படுத்துக.
- எல்லோருடைய வாழ்விலும் இவ்வாறான மகிழ்ச்சி, துக்கம், கோபம், இழப்பு, பயம், விரக்தி போன்ற உணர்வுகள் ஏற்படுவதற்கான சந்தர்ப்பங்கள் வருகின்றன என்பதோடு அவற்றை அனுபவிக்கும் முறைகள் ஆளுக்கு ஆள் வேறுபடுகின்றன என்ற முடிவுக்கு வரச்செய்க.

சாதாரணமாக நல்ல உளநலம் உள்ள பிள்ளைகள் தமது சகபாடிக் குழுக்களுக்கு முன்மாதிரியானவர்களாகவும், சகபாடிக் குழுக்களால் மதிக்கப் படுபவர்களாகவும் இருப்பர். இதைவிட, சிறந்த உளநலம் உள்ளவர்கள் குடும்பத்துடனும், வகுப்பறை, பாடசாலைச் செயற்பாடுகளுடனும், சமூகத்தோடும் ஒத்திசைந்து நடக்கக் கூடியவர்களாக இருப்பார்கள்.

இவ்வாறான பரந்துபட்ட ஈடுபாடுகளும் செயற்பாடுகளும் அவர்களது ஆளுமையை வளர்க்கின்றது. வயதிற்கு ஏற்ற ஆளுமை வளர்ச்சியினைப் பெற்ற ஒருவர் ஆரோக்கியமான உளநலத் தன்மை உடையவராக இருப்பது சுலபமானதாக இருக்கும்.

உளநலம் உள்ள பிள்ளைகள் பொருத்தப்பாடாக ஒளிவுமறைவு இன்றி மனந்திறந்து பேசும் இயல்பினை உடையவர்களாக இருப்பார்கள். மற்றவர்களின் நம்பிக்கைக்குரியவர்களாக நடந்துகொள்வதும், மற்றையவர்களை நம்புவதும், நம்பிக்கையுடன் செயற்படுவதும் உளநலம் உள்ள பிள்ளைகளிடம் காணப்படுகின்ற இயல்புகள் ஆகும். இவர்கள் பிறர் மீது அன்பு உடையவர்களாக இருக்கின்ற அதேவேளை பிறரது அன்பையும் பெறக்கூடியவர்களாக இருப்பார்கள்.

உளநலமான பிள்ளைகள் தங்கள் மீது விருப்பம் உள்ளவர்களாக இருப்பதோடு தம்மைப்பற்றிய ஒரு நல்ல அபிப்பிராயத்தையும் வைத்திருப்பார்கள். தமது பெயரைச் சொல்லும் போதும், கேட்கும் போதும், தம்மைப்பற்றி நினைக்கும் போதும் அவை அவர்களுக்கு நல்ல உணர்வைத் தருவதாக இருக்கும்.

சிறந்த உளநலம் உள்ள பிள்ளைகள் தாம் இதுவரை அறியாத விடங்களை அறிந்து கொள்வதிலே ஆர்வம் உள்ளவர்களாக இருப்பார்கள். அவர்கள் கற்பனைத் திறன்வாய்ந்த படைப்பாக்கச் செயற்பாடுகளில் அதிக ஈடுபாடு காட்டுபவர்களாகவும்,

கதை கூறுதல், கதை கேட்டல், பார்வனை செய்தல், ஆடல் பாடல்களிலே ஈடுபடுதல், படங்கள் வரைதல் போன்றவற்றிலே ஒன்றிலேனும் நாட்டம் உடையவர்களாகவும் இருப்பார்கள்.

சிறந்த உளநலம் உள்ளவர்கள் பிரச்சினைகளையும் முரண்பாடுகளையும் சரியான முறையிலே கையாளக்கூடியவர்களாக இருப்பார்கள். மேலோட்டமாகப் பார்க்கும் போது ஒருவரது உளநலத்தின் தன்மையினை இலகுவாக அறியமுடியாமல் இருப்பினும் முரண்பாடுகள், கசப்பான அனுபவங்கள் என்பன ஏற்படுகின்ற போது அவற்றை அணுகுகின்ற முறையிலே உளநலத் தன்மையினை இனங்கண்டு கொள்ளலாம்.

- ஆண்டு 4 இல் படிக்கும் மயூரன் என்ற மாணவன் பரீட்சையிலே சராசரி 70 புள்ளிகள் எடுப்பான். அவனுக்கு விளையாடுதல் மிகவும் விருப்பமானதாகும். மாலை நேரங்களில் அவன் விளையாட்டு மைதானத்திலே நிற்பதனைக் காணலாம். அதிகாலையிலே கோயிலுக்குச் சென்று கும்பிடுவது அவனது வழக்கம். அவனது பாடசாலை வரவும் ஒழுங்கானதாகவே இருக்கும். எல்லா மாணவர்களோடும் அவன் மகிழ்வோடு பழகுவான்.
- செந்தூரன் என்ற மாணவன் பரீட்சையில் சராசரியாக 90 புள்ளிகள் எடுப்பான். அவன் பிறருடன் கதைப்பதோ, விளையாடுவதோ, கோயிலுக்குப் போவதோ, பொழுதுபோக்குவதோ மிகமிக அருமையானதாகவே இருந்தது.
- மூன்றாம் வகுப்பிலுள்ள ஒரு பிள்ளை, நாளாந்த வரவுப் பதிவின்போது தனது பெயரை ஆசிரியர் அழைக்கும்போது எதுவும் கூறாமல் இருப்பதனை ஆசிரியர் அவதானித்தார். அந்தப் பிள்ளை தன் முகம் அழகானதாக இல்லை எனத் தன் நண்பிக்குக் கூறியதாக ஆசிரியர் அறிந்து கொண்டார்.

செயற்பாடு

- பயிலுநர்களைச் சிறுகுழுக்களாக்குக.
- மேலே தரப்பட்ட மாணவர்களது உளநலம் பற்றி விவாதிக்குக.

1.5 உளநலத்தில் செல்வாக்குச் செலுத்தும் காரணிகள்

பிள்ளைகள் எல்லோருமே ஒரேவிதமான உளநலநிலையில் இருப்பார்கள் எனக் கூறமுடியாது. வாய்ப்புக்கள், வளங்கள், வசதிகள் எல்லாம் ஒரேவிதமாக இருந்தாலும் பிள்ளைகளின் உளநல நிலையில் வேறுபாடுகள் இருந்தே தீரும். இவ்வாறு வேறுபடுவதற்கு பிள்ளைகளின் விருத்திப் படிநிலைகளிலே - உளநிலை வளர்ச்சியோடு பல்வேறுபட்ட காரணிகள் சிக்கலான வகையிலே செல்வாக்குச் செலுத்துவதே காரணம் ஆகும் என்பதனை நாம் புரிந்துகொள்வது அவசியமானது.

பிள்ளைகளின் உளநலத்திலே செல்வாக்குச் செலுத்துகின்ற காரணிகளை அடிப்படையாக இரண்டு வகைப்பாட்டினுள்ளே அடக்கமுடியும். அவை பின்வருமாறு:

- ☺ பரம்பரைக் காரணிகள்
- ☺ சூழல் காரணிகள்

1.5.1 பரம்பரைக் காரணிகள்

பெற்றோரிடம் இருந்து பிள்ளை சந்ததி சந்ததியாகப் பெற்றுக்கொள்கின்ற இயல்புகளுக்கான காரணிகளே பரம்பரைக் காரணிகள் எனலாம். இப்பரம்பரைக்குரிய காரணிகள் பிள்ளையின் தந்தையினுடைய அல்லது தாயினுடைய இயல்பாகத்தான் இருக்கவேண்டும் என்கின்ற அவசியம் இல்லை. மூன்று அல்லது நான்கு தலைமுறையினருக்கு முற்பட்ட இயல்புகள்கூட இவ்வாறு பரம்பரை ரீதியாகப் பெற்றுக்கொள்ளப்படலாம்.

தோலின் நிறம், சிகையின் நிறம், சிகையின் தன்மை, கண்மணியின் நிறம் போன்றவை மட்டுமல்லாது ஒருவரது உயரம், நிறை போன்ற உடலியல் தன்மைகளிலும் பரம்பரைக் காரணிகள் செல்வாக்குச் செலுத்துகின்றன. இதுபோல ஒரு பிள்ளையின் இயல்புகள், குணாதிசயங்கள், துலங்கல் முறை போன்ற உளவியல் தன்மைகளிலும் பரம்பரைக் காரணிகள் பங்குவகிக்கின்றன. சிலவேளை களில் சந்ததி சந்ததியாகக் கடத்தப்படுகின்ற அல்லது பிறப்பின் போது உருவாகின்ற சில நோய்களும் மூளையைப் பாதித்து அதன் மூலம் உளநலத்திலும் தாக்கத்தை ஏற்படுத்துகின்றன.

பாடசாலைச் சூழலைப் பொறுத்தவரையில் ஒரேவிதமான தூண்டல்கள் கிடைக்கின்ற போது பிள்ளைகள் எல்லோரதும் துலங்கல்கள் ஒரேவிதமாக இருப்பதில்லை. இவ்வாறு இருப்பதற்குப் பலகாரணங்கள் இருக்கலாம். எனினும் பரம்பரைக் காரணிகளின் செல்வாக்குகளும் தூண்டலுக்கான துலங்கல் வேறுபாட்டிற்குக் காரணமாக இருப்பதனை மறந்துவிடக்கூடாது.

பிள்ளைகளின் நலத்திலே பரம்பரைக் காரணிகளின் செல்வாக்கு இருக்கின்றது என்பதனை அறிகின்ற அதேவேளை ஆசிரியர்கள் சூழல் காரணிகளின் செல்வாக்கினை அறிந்துகொள்வது மிகவும் முக்கியமானதாகும். ஏனெனில் பாதகமான சூழலை நாம் ஓரளவேனும் சாதகமாக மாற்றிச் சிறுவரின் உளநலத்தினைச் சீராக்குவதற்குச் சூழற்காரணி பற்றிய அறிவு அவசியமானது.

1.5.2 சூழல் காரணிகள்

சிறுவரின் உளநலத்தில் சூழற்காரணிகள் பெருமளவில் செல்வாக்குச் செலுத்துகின்றன. குழந்தைகள் பாரம்பரியமான இயல்புகளோடு பிறந்தாலும் குழந்தைகளிலே அவ்வியல்புகளை வளர்த்தெடுத்தல், அவ்வியல்புகளை ஒடுக்குதல்,

புதிய இயல்புகளை உருவாக்கி வளர்த்தெடுத்தல், ஏற்கனவே சூழலால் உருவாக்கப்பட்ட இயல்புகளைப் பின்னர் மாற்றியமைத்தல் எனப் பலவகைகளில் சூழற்காரணிகள் சிறுவர்களின் உளநலத்தில் செல்வாக்குச் செலுத்துகின்றன. இதனால் சிறுவர் உளநலத்தினை மேம்படுத்த வேண்டும் என்பதிலே அக்கறையுள்ளவர்கள், குறிப்பாகப் பெற்றோர் - ஆசிரியர்கள், சிறுவர்களோடு தொடர்பான சூழற்காரணிகள் பற்றி அறிந்திருப்பதும் அவற்றை எவ்வாறு சாதகமான முறையில் மாற்றியமைக்கலாம் என்பது பற்றி அறிந்திருப்பதும் அவசியமாகும்.

பிள்ளைகளின் உளநலத்திலே செல்வாக்குச் செலுத்துகின்ற சூழற்காரணிகளை மேலும் இரண்டு வகைப்படுத்தி நோக்கமுடியும். அவையாவன,

- உயிரியற் சூழற்காரணிகள்
- பௌதீக சூழற்காரணிகள் என்பனவாகும்.

உயிரியற் சூழற்காரணிகள் என்பதிலே தாய், தந்தை, சகோதரர்கள், உறவினர்கள், அயலவர்கள், நண்பர்கள், பாடசாலைச் சமூகத்தினர், சகபாடிக் குழுக்கள் மற்றும் சமூக அங்கத்தவர்கள், செல்லப் பிராணிகள் என்பன முக்கியத்துவம் பெறுகின்றன. இவை தவிர்ந்த வீடு, விளையாட்டிடம், விளையாட்டுப் பொருள்கள், வகுப்பறை, பாடசாலைச் சூழல் போன்ற பொருள் சார்ந்த இயற்கைச் சூழல், செயற்கைச் சூழல் என்பன யாவும் பௌதிகச் சூழல் என்பதிலே அடங்குகின்றன.

செயற்பாடு

பிள்ளைகளின் உளநலத்தில் பெரிதும் செல்வாக்குச் செலுத்துவது

- உயிரியற் சூழற்காரணிகளே
- பௌதிகச் சூழற்காரணிகளே

என்னும் தலைப்பில் பயிலுநர்கள் இரு குழுக்களாகிப் பட்டிமன்றத்தில் வாதிட வழிப்படுத்துக.

உளநலம் உள்ள பிள்ளைகளை எவ்வாறு உருவாக்கலாம்?

உளநலம் உள்ள பிள்ளைகளை உருவாக்குதல்

உளநலம் உள்ள பிள்ளையை உருவாக்குதல் என்பதின் உள்ளே திருப்திகரமான வகையில் உளநலம் உள்ள சிறுவர்களை எவ்வாறு மேலும் வளர்த்தெடுக்கலாம் என்பதும் உளநலம் செம்மையாக்கப்பட வேண்டிய பிள்ளைகளை உளநலத்தை நோக்கி எவ்வாறு வளர்த்து எடுக்கலாம் என்பதும் அடங்கும். உகந்த சூழலை ஏற்படுத்திக் கொடுத்தல் என்பது உளநலம் உள்ள பிள்ளையை உருவாக்குவதில் முக்கிய பங்குவகிக்கின்றது. குறிப்பாக உளநலம் செம்மையாக்கப்பட வேண்டிய பிள்ளைகள் மீது விசேட கவனம் செலுத்துவதன் மூலம் அவர்களது உளநலத்தினை மேம்படுத்தி உதவமுடியும்.

1.6 உளநல மேம்பாடு

பிள்ளைகளின் உளநலத்தை இயலுமானளவு மேம்படுத்த முயற்சிப்பது அவசியம். அவர்களது வளர்ச்சிக்கும் விருத்திக்கும் ஏற்றவாறு செயற்பாடுகள், வாய்ப்புகள் அமைகின்றபொழுது உளநல மேம்பாடானது தானாகவே நடைபெறும். எனினும் சில பிள்ளைகள் உளநலக் குறைபாடான நிலையிலே இருக்கக் கூடும். அவர்களது உளநலத்தைச் செம்மையடையச் செய்ய ஆசிரியர்கள் முயலும் பொழுது, அவர்களை மற்றவர்கள் முன்பு அடையாளப்படுத்தி, தனிமைப்படுத்தி அணுகுவதை இயன்றளவு தவிர்த்துக் கொள்ள வேண்டும். முடியுமானவரையில் ஏனைய மாணவர்களுடன் இணைந்த செயற்பாடுகளின் மூலம் உளநலக் குறைபாடுள்ள பிள்ளைகளைச் செம்மையாக்கல் நல்லது.

உளநலம் செம்மையாக்கப்பட வேண்டிய பிள்ளைகளை அவர்களது நடத்தைப் பாங்குகள் மூலம் சுலபமாக இனங்கண்டுகொள்ள முடியும்.

- சரியான காரணம் இல்லாமலே அடிக்கடி அல்லது எந்த நேரமும் அழுதல்.
- நித்திரை குறைவாக இருத்தல் அல்லது நித்திரை குழம்புதல்.
- பயங்கரமான கனவுகளைக் காணுதல்.
- அளவிற்கு மிஞ்சிய நித்திரை
- அளவிற்கு மிஞ்சிய பயத்தினால் நடுங்குதல்.
- உணவிலே அக்கறை செலுத்தாமல் இருத்தல்.
- படுக்கையை நனைத்தல்.
- முரட்டுத்தனம் காணப்படுதல்.
- மூர்க்கமான சுபாவத்தை உடையவர்களாக இருத்தல்.
- தேவை எதுவுமின்றி உரத்துச் சத்தமிடல்.
- காரணமின்றித் தலையிடி, முதுகு வலி, வயிற்றுக்கோளாறு, கண்குத்து போன்ற மெய்ப்பாட்டு அறிகுறிகள் காணப்படுதல்.
- அதிகளவிலே ஒதுங்கி இருத்தல்.
- தம்மிலும் பிறரிலும் நம்பிக்கையீனம் கொண்டிருத்தல்.
- சேர்ந்து விளையாட முடியாத தன்மை காணப்படுதல்.
- ஞாபகக் குறைவு ஏற்படுதல்.
- அமைதியின்றி அந்தரப்படுதல்.
- வேலைகளைச் செய்துமுடிக்க இயலாமல் இருத்தல்.
- எதிர்காலம் பற்றிய மறையான எண்ணம் இருத்தல்.
- ஒழுங்கற்ற பாடசாலை வரவு காணப்படுதல்.

இவ்வாறான நடத்தைப் பாங்குகளைச் சிறுவர்கள் கொண்டிருப்பார்களானால் அவற்றுக்கான காரணங்களை இனங்காண வேண்டும் (அலகு 7ஐப் பார்க்கவும்).

மேலும் இக்காரணங்களைப் புரிந்துகொண்டு அவர்களைப் பொருத்தமான முறையில் **அணுகி** வழிப்படுத்த ஆசிரியர்கள் முயலவேண்டும் (அத்தியாயம் 8, 9ஐப் **பார்க்கவும்**). இவை பயனளிக்காத பட்சத்தில் உளவியல் நிபுணர்களிடம் வழிகாட்டி **ஆலோசனை** பெறச்செய்வது அவசியமானதாகும்.

செயற்பாடு: *சொத்துச் சேர்த்தல்*

- பிள்ளைகளை நான்கு குழுக்களாக்குக.
- இருபது அடி விட்டமுள்ளதாக தரையில் ஒரு வட்டம் அமைக்குக.
- வட்டத்தின் நான்கு திசைகளிலும் குழுக்களைத் தனித்தனியே நிற்கச் செய்க.
- ஒவ்வொரு குழுவிலும் ஐந்து பேரைத் தெரிவுசெய்து அவர்களுக்கு ஒன்று, இரண்டு, மூன்று, நான்கு, ஐந்து எனப் பெயரிடுக.
- இவ்வட்டத்தின் நடுவிலே ஒரு சிறிய வட்டமிட்டு அதனுள்ளே சிறிய பந்து அல்லது பழப்பாக்கு, தேசிக்காய் போன்ற இயற்கைப் பொருட்கள் பதினைந்தை வைக்கவும். குழுவினர் நிற்கின்ற நான்கு மூலைகளிலும் அவர்களுக்கென்று நான்கு சிறிய வட்டங்கள் இடப்பட்டிருக்கும்.
- பயிற்றுநர் 1 - 5 வரையான இலக்கங்களில் ஏதாவது ஒரு இலக்கத்தை சத்தமானதாகச் சொல்வார். அப்பொழுது குறித்த இலக்கத்தினைக் கொண்டவர்கள் நான்கு குழுக்களிலுமுள்ள ஒவ்வொருவரும் நடுவிலே உள்ள பொருள்களை ஒவ்வொன்றாக எடுத்து ஓடிவந்து தமது குழுவிற்கென ஒதுக்கப்பட்ட வட்டத்திலே சேர்ப்பார்கள். இவ்வாறு ஐந்து பொருள்களை ஒரு குழு சேர்த்ததும் அக்குழுவினர் தரையில் இருந்துவிடுவார்கள். அவர்கள் வெற்றிபெற்றதாகக் கருதப்படும்.
- நான்கு குழுக்களும் தமக்குப் பொருள்கள் எடுப்பதற்கு நடுவிலே உள்ள பொருள்கள் போதாது இருப்பதனால் நடுவிலே உள்ள பொருள்கள் முடிவடைந்ததும் வேறு ஏதாவது குழுவின் வட்டத்திற்குள் இருக்கும் பொருள்களை ஒவ்வொன்றாக எடுத்துத் தமது வட்டத்திற்குள் ஐந்து பொருள்கள் சேர்க்கலாம்.
- குறித்த குழுக்கள் ஐந்து பொருள்களைச் சேர்த்தபின் அக்குழு கீழே இருந்துவிடுமாயின் அக்குழுவின் வட்டத்திற்குள் இருந்து பொருள்களை ஏனைய குழுவினர் எடுக்கமாட்டார்கள்.
- ஒவ்வொரு குழுவும் ஐந்து பொருள்களைச் சேர்க்கும் வரை தமது குழுவிற்குரிய வட்டத்தில் இருந்து ஏனைய குழுவினர் பொருள்களை எடுத்தலைத் தடுக்கவோ பொருள்களை மறைக்கவோ கூடாது.
- பொருள்கள் சேர்ந்தபின் முதலில் இருக்கும் குழு வெற்றி பெற்றதாகக் கருதப்படும்.

குறிப்பு

→ இதனைப் போன்றே ஏனைய இலக்கங்களுக்கும் போட்டிகள் நிகழ்த்தப்படும். பின்னர் இவ்விளையாட்டின் மூலம் பெற்றுக்கொண்ட படிப்பினைகளை பயிலுநர்களிடம் கேட்டுக் கலந்துரையாடுக.

→ நேர்மையான வகையில் விளையாட்டை விளையாடுதல் என்பது தொடர்பாக இவ்விளையாட்டை வைத்துப் பயிலுநர்களுக்கு விளக்கம் கொடுக்குக.

1.7 உளநலத் தேவைகள்

உளநலம் உள்ள ஒரு பிள்ளையின் உருவாக்கத்திற்குத் தேவையான செயற்பாடுகளாகப் பின்வருவனவற்றைக் குறிப்பிடலாம்.

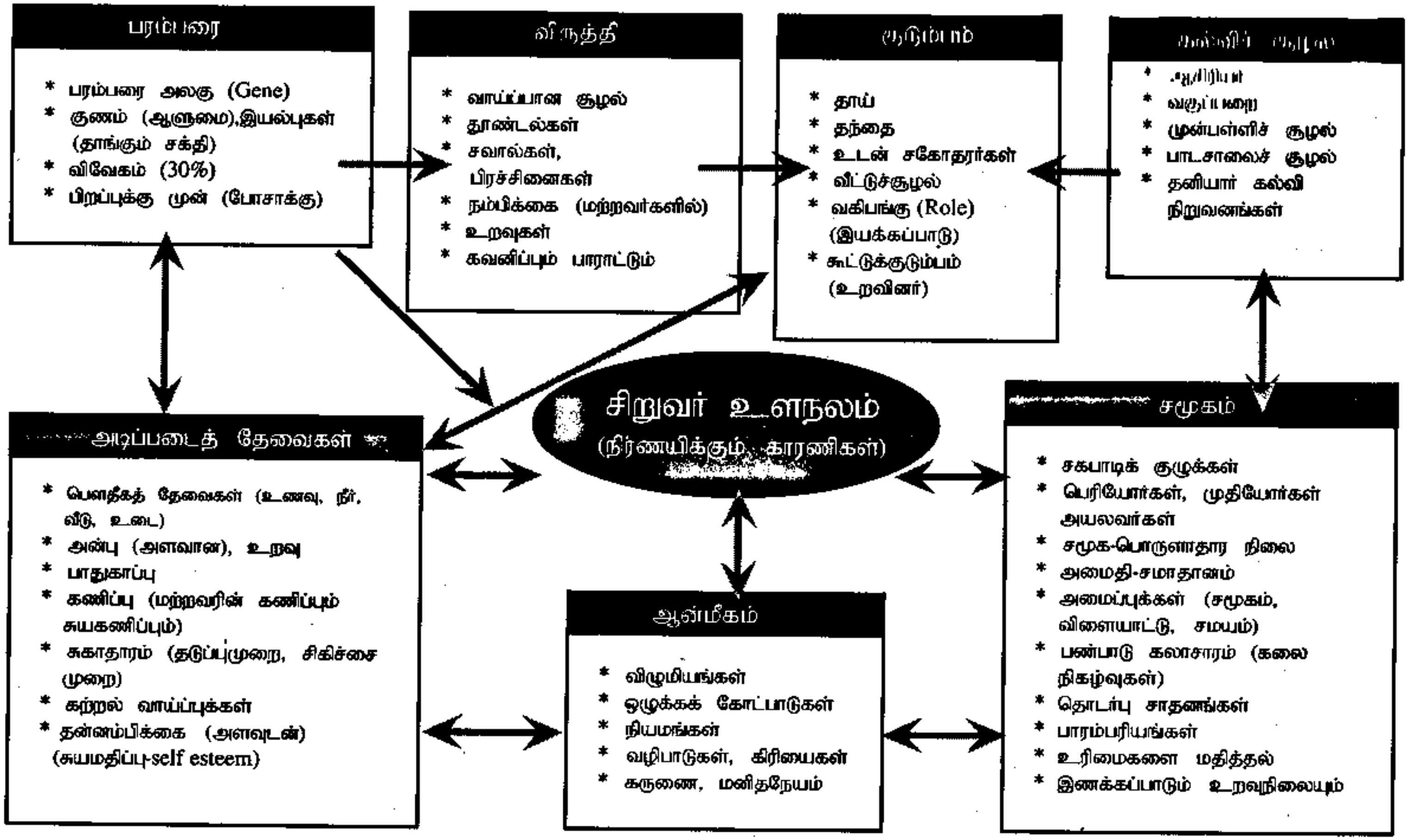
- பிள்ளைகளின் அடிப்படைத் தேவைகளான தூய நீர், போசாக்கு உணவு, தூய காற்று, மருத்துவ சுகாதார வசதிகள் என்பன கிடைக்க வகைசெய்தல்.
- குடும்பச் சூழல் அன்பானதாகவும், ஆதரவு கொடுப்பதாகவும், ஒற்றுமையானதாகவும் இருத்தல்.
- பாதுகாப்பான சூழலை ஏற்படுத்தல்.
- பிள்ளைகள் பார்த்துப் பின்பற்றுவதற்குரிய நல்ல முன்மாதிரிகள் கிடைத்தல்.
- அடிக்கடி மாற்றமடையாத, உறுதியான, நிலையான சூழல் கிடைக்க வழிசெய்தல்.
- நம்பிக்கை ஏற்படுத்துவதற்கு வழிசெய்தல்.
- எதிர்கால நிகழ்வுகளைத் திட்டமிட்டு நிகழ்த்தி ஊக்குவித்தல்.
- நடந்து முடிந்த ஆனால் மறக்கமுடியாத நிகழ்வுகளை அறிதலும், அவை நிகழ்ந்தமைக்கான காரணங்களை அறிய முனைதலும், அவற்றை ஏற்றுக்கொள்ளலும்.
- உடல் உள விருத்திச் செயற்பாடுகள் வயதிற்கு ஏற்றவையாய் இருக்கின்றனவா என அவதானித்துப் பின்னடைவுகள் காணப்படின் தகுந்த நடவடிக்கை எடுத்தல்.
- இழப்புகள், உள நெருக்கீடுகள் என்பன ஏற்படக்கூடிய சந்தர்ப்பங்களைக் குறைத்தல்.
- கற்றல் வாய்ப்புக்களை வழங்குதல், போதிய உகந்த தூண்டல்களை, புதிய அனுபவங்களை வழங்குதல்.
- நாளாந்த அனுபவங்களைப் பெற்றுக்கொள்ள வாய்ப்புக்களை வழங்குதல்.
- தன்னம்பிக்கை, சுயசெயற்பாடு, கூட்டுச் செயற்பாடுகளுக்கான வாய்ப்புகளை வழங்குதல்.
- பலவிதமான உறவுகள், தொடர்புகள், விளையாடும் சந்தர்ப்பங்களை ஏற்படுத்தல்.

இவை போன்ற காரணிகளை விளங்கிக் கொண்டு அவற்றை எமது குடும்பம், சூழல், பாடசாலை, சமூகம் என்பவற்றிலே ஏற்படுத்துவதற்கு வழிகாட்டுவதன் மூலமே நாம் ஆரோக்கியமான உளநலம் உடைய சிறுவர்களை உருவாக்கலாம்.

1.8 முடிவுரை

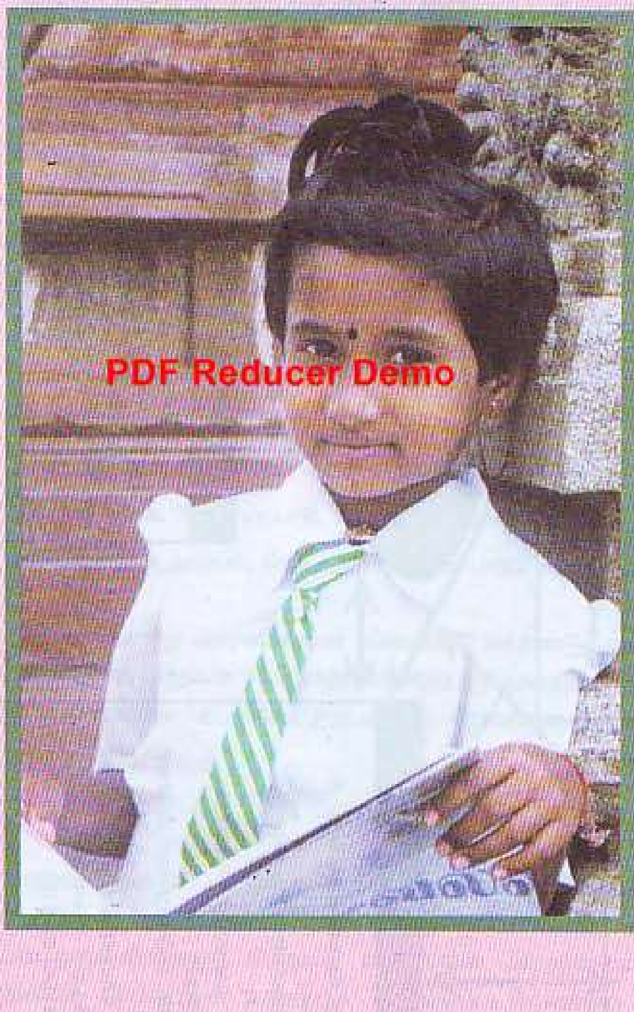
உளநலம் என்றால் என்ன என்பது பற்றியும் பிள்ளைகளின் உளநலத்தில் பங்குவகிக்கின்ற காரணிகள், பாதிக்கின்ற காரணிகள் பற்றியும் இவ்வலகில் பார்க்கப்பட்டிருக்கின்றது. மேலும் உளநலம் செழுமையாக்கப்பட வேண்டிய பிள்ளைகளின் இயல்புகள் பற்றியும் வழங்கப்படவேண்டிய தேவைகள் பற்றியும் பார்த்துள்ளோம்.

சிறுவர்களின் உளநலம் சிறக்க வழிசெய்வோம்.



சிறுவர் உளநலம்
(நிர்ணயிக்கும் காரணிகள்)
பரம்பரை
* பரம்பரை அலகு (Gene)
* குணம் (ஆளுமை),இயல்புகள் (தாங்கும் சக்தி)
* விவேகம் (30%)
* பிறப்புக்கு முன் (போசாக்கு)
விருத்தி
* வாய்ப்பான சூழல்
* தூண்டல்கள்
* சவால்கள், பிரச்சினைகள்
* நம்பிக்கை (மற்றவர்களில்)
* உறவுகள்
* கவனிப்பும் பாராட்டும்
குடும்பம்
* தாய்
* தந்தை
* உடன் சகோதரர்கள்
* வீட்டுச்சூழல்
* வகிபங்கு (Role) (இயக்கப்பாடு)
* கூட்டுக்குடும்பம் (உறவினர்)
* முன்பள்ளிச் சூழல்
* பாடசாலைச் சூழல்
* தனியார் கல்வி நிறுவனங்கள்
அடிப்படைத் தேவைகள்
* பௌதீகத் தேவைகள் (உணவு, நீர், வீடு, உடை)
* அன்பு (அளவான), உறவு
* பாதுகாப்பு
* கணிப்பு (மற்றவரின் கணிப்பும் சுயகணிப்பும்)
* சுகாதாரம் (தடுப்புமுறை, சிகிச்சை முறை)
* கற்றல் வாய்ப்புக்கள்
* தன்னம்பிக்கை (அளவுடன்) (சுயமதிப்பு-self esteem)
ஆன்மீகம்
* விழுமியங்கள்
* ஒழுக்கக் கோட்பாடுகள்
* நியமங்கள்
* வழிபாடுகள், கிரியைகள்
* கருணை, மனிதநேயம்
சமூகம்
* சகபாடிக் குழுக்கள்
* பெரியோர்கள், முதியோர்கள் அயலவர்கள்
* சமூக-பொருளாதார நிலை
* அமைதி-சமாதானம்
* அமைப்புக்கள் (சமூகம், விளையாட்டு, சமயம்)
* பண்பாடு கலாசாரம் (கலை நிகழ்வுகள்)
* தொடர்பு சாதனங்கள்
* பாரம்பரியங்கள்
* உரிமைகளை மதித்தல்
* இணக்கப்பாடும் உறவுநிலையும்

விரிந்த வயல் அரிசி
விளைந்த சர்க்கரை
பாலுடன் கலந்திட
புதுப்பானைப் பொங்கல்



PDF Reducer Demo

2

வளர்ச்சியும் விருத்தியும்

- வளர்ச்சிக்கும் விருத்திக்கும் உள்ள வேறுபாடு யாது?
- குழந்தை ஒன்று எந்தெந்த வளர்ச்சிப் பருவங்களுக்கூடாகச் செல்ல வேண்டும்?
- வளர்ச்சியும் விருத்தியும் முழுமை அடைவதற்கு ஆசிரியர் என்ன செய்யலாம்?

2.1 அறிமுகம்

எங்கள் சமூகத்திலுள்ள பிள்ளைகள் நலமாக வாழ்வதைக் காணவே யாவரும் விரும்புகிறோம். எல்[illegible]புடன் சிறப்பான வாழ்க்கையைப் பெற நாம் மேற்கொள்ளவேண்டிய முயற்சிகள் பலவாகும். பிள்ளைகள் தமது வயது அதிகரிப்புடன் உடல், உளரீதியான வளர்ச்சியையும் விருத்தியையும் பெற்றுக் கொள்கின்றனர். அலகு ஒன்றில் குறிப்பிட்டது போல உடல், உள வளர்ச்சிக்கும் விருத்திக்கும் உணவு, உறைவிடம், உறவு, அன்பு, ஆதரவு, காப்பு, கவனிப்பு, கணிப்பு, கற்றல் வாய்ப்புகள் ஆகியன தேவைப்படுகின்றன. தனிப்பட்ட இயல்புகளையும் ஆற்றல்களையும் கொண்ட பிள்ளைகளை வழிநடத்தி, வளர்த்தெடுக்கும் பொறுப்பு பெற்றோரையும் ஆசிரியர்களையும் சார்ந்துள்ளது. இப்பொறுப்பினைச் செவ்வனே நிறைவேற்றப் பிள்ளைகளின் வளர்ச்சி, விருத்திப் பருவங்கள் பற்றிய அறிவினை அவர்கள் கொண்டிருத்தல் அவசியமாகும்.

PDF Reducer Demo

பிள்ளைகளிடையே மறைந்திருக்கும் ஆற்றல்களை வெளிக்கொண்டு வருவதன் மூலம் விருத்தியை ஏற்படுத்தலாம். பெற்றோரும் முன்பள்ளி ஆசிரியர்களும், பாடசாலை ஆசிரியர்களும் பிள்ளையில் அறிவு ரீதியான விருத்தியுடன் உடல், உள விருத்தியை ஏற்படுத்தும் செயற்பாடுகளையும் திட்டமிட்டு வழங்க வேண்டும்.

எமது இன்றைய பிள்ளைகளே நாளைய சமூகமாகின்றார்கள். எனவே, எதிர்காலப் பிரஜைகள் எவ்வகையில் உருவாகப் போகின்றனர் என்பதை அவர்களிடம் ஏற்படும் விருத்தியே நிர்ணயிக்கப் போகின்றது என்பது கருத்திற் கொள்ளப்பட வேண்டியதாகும்.

2.2 பிள்ளையின் வளர்ச்சியும் விருத்தியும்

2.2.1 வளர்ச்சி

- *பிள்ளைகளின் வளர்ச்சி எனும் போது உங்களிடம் தோன்றும் எண்ணம் யாது?*

பிள்ளையின் வளர்ச்சி எப்போது ஆரம்பிக்கின்றது?

பிள்ளைகளின் வளர்ச்சி எனப் பொதுவாகச் சிந்திக்கும் போது எம்முன்னே, பால்மாப் பெட்டிகளில் காணப்படுவது போன்ற ஆரோக்கியமான பிள்ளை ஒன்றின் தோற்றமே மனதில் உருவாகின்றது. ஆரோக்கியமான புறத்தோற்றம் எனும்போது பிள்ளையின் வயதிற்கேற்ற உயரம், பருமன், நிறை, மகிழ்ச்சி கொண்ட முகம் என யாவையும் ஒன்று சேர்த்து முழுமையாகவே நோக்குகின்றோம். உயரத்திலும் நிறையிலும் ஏற்படும் அதிகரிப்பு, உறுப்புகள் அளவில் பெரிதாதல், உறுப்புகளின் பல்திற இயக்கத்தன்மைகள் அதிகரித்தல் என்பன சீராக நடைபெறுதலே உடல் வளர்ச்சி எனப்படுகிறது. அதேபோல் உடலின் முக்கியமான உறுப்பாகிய மூளையிலும், வளர்ச்சியும், முதிர்வும் ஏற்படுகின்றது. இதன் காரணமாகப் பிள்ளையின் நடத்தை, அறிவாற்றல் தொகுதி, உணர்ச்சிகள் போன்றவற்றிலும் வளர்ச்சியும், விருத்தியும் ஏற்படுகின்றன.

பிள்ளையின் வளர்ச்சியானது தாயின் வயிற்றிலேயே அதாவது, பிறக்க முன்பே ஆரம்பிக்கின்றது. உடல் உறுப்புகளின் உருவாக்கமும் அவற்றின் வளர்ச்சியும் தாயின் கருப்பையில் நடைபெறுகிறது. கருப்பையில் வளர்ச்சி சீராக அமையுமாயின், அது பிள்ளை பிறந்த பின் தொடரும் சீரான வளர்ச்சிக்கு அடிப்படையாக அமையும். எனவே, தாயின் கருப்பையிலேயே குழந்தை வளர்ச்சிக்கு வேண்டிய போஷாக்கு, பராமரிப்பு என்பவற்றை உரியமுறையில் வழங்குவது பிள்ளையின் எதிர்கால வளர்ச்சிக்கு வித்திடுவதாக அமையும்.

குழந்தை பிறந்த பின், அதன் ஒவ்வொரு பருவவளர்ச்சிக்கும் ஏற்றவகையில் போஷாக்கு, சுகாதாரச் செயற்பாடுகள், நோய்த்தடுப்புச் செயற்பாடுகள், மருத்துவப் பராமரிப்பு, உடற்பயிற்சிகள் என்பன பிள்ளைக்கு வழங்கப்பட வேண்டும். பெற்றோர், குடும்பநல சுகாதார உத்தியோகத்தர்கள், ஆசிரியர்கள் இத்தகைய செயற்பாடுகளை உறுதிப்படுத்திக் கொள்வதுடன், பிள்ளையின் வளர்ச்சிக்கான மற்றைய அடிப்படைத் தேவைகளைப் பூர்த்திசெய்வதும் அவர்களின் பணிகளில் முக்கியமானதொன்றாகும்.

2.2.2 பிள்ளையின் விருத்தி

- *பிள்ளைகளின் விருத்தியில் ஆசிரியர்களின் பங்களிப்பும் அவசியமா?*

குழந்தைகள் படிப்படியாக வளர்ந்து வயது அதிகரிக்கும் போது, கிடைக்கும் அனுபவங்களுக்கு ஏற்றவகையில் அவர்களின் ஆற்றல்களும் முன்னேற்றம் அடைகின்றன. பல்வேறு தூண்டல்களுக்கு ஏற்ப துலங்கல்களைக் காட்டும் போது, தமக்குள் ஒரு சாதகமான, முன்னேற்றமான நிலையை வெளிப்படுத்தும் ஆற்றலில் ஏற்படும் வளர்ச்சி, விருத்தியடைதல் ஆகும். பிள்ளைகளின் பல ஆற்றல்கள் வெளிக்கொணரப்படும் வாய்ப்புகள் இன்றி, உள்ளே மறைந்து இருக்கலாம். அவற்றினை நாம் வெளிக்கொணர்ந்து விருத்தியை ஏற்படுத்தலாம். பிள்ளைகளின் வயது காரணமாகவும், விருத்தி காரணமாகவும் அவர்களின் நடத்தையில் மாற்றமேற்படுகின்றது. உரிய பருவங்களுக்குரிய விருத்தி சரியாக நடைபெற்றால், அது அடுத்த பருவவிருத்தி இயல்பாக நடைபெறுவதற்கு வாய்ப்பளிக்கும். அவ்வாறான ஒழுங்குமுறையான விருத்தி பிள்ளையின் முழுமையான விருத்திக்கு உதவும் என்பது குறிப்பிடத்தக்கது.

அந்தந்தப் பருவங்களுக்கேற்பச் செயற்பாடுகள் அபிவிருத்தி அடைதல், தூண்டல்களுக்கேற்ற துலங்கலைக் காட்டுதல், முடிவுகளை எடுக்கும் ஆற்றலைப் பெறுதல், குடும்பத்தினருடனும் மற்றையோருடனும் பொருத்தமான தொடர்புகளைக் கொண்டிருத்தல், படிப்படியாகச் சுயாதீனமானவராக மாறுதல் என்பன உளசமூக விருத்தியைக் காட்டும் பண்புகளாகும்.

பிள்ளை ஆரோக்கியமாக விருத்தியடைவதற்கு உதவுவது பெற்றோரினதும், முன்பள்ளி ஆசிரியரினதும், பாடசாலை ஆசிரியரினதும், சமூகத்தினதும் பொறுப்பாக அமைகிறது. பிள்ளைகளின் விருத்திப்படிநிலைகள் பற்றிய அறிவினை வளர்த்துக் கொள்வதானது, விருத்திக்கான பொருத்தமான வாய்ப்புகளை வழங்கி விருத்தியை ஊக்குவிக்கும் பொறுப்பினைச் சுலபமாக்கிவிடுகின்றது.

பிள்ளையின் வளர்ச்சியும் விருத்தியும் ஒன்றுடனொன்று தொடர்புற்று நடைபெறும் செயற்பாடுகள் ஆகும். வளர்ச்சியும் விருத்தியும் ஒன்றிலொன்று தங்கி உள்ளதை நாம் எமது அனுபவத்தில் கண்டுகொள்ளமுடிகிறது. உதாரணமாக நல்ல உடல் வளர்ச்சி அடைந்த பிள்ளையில் உரிய பருவங்களுக்கேற்ற விருத்தி ஏற்படுகிறது. அடிக்கடி நோய்வாய்ப்பட்டு வளர்ச்சி பாதிக்கப்பட்ட பிள்ளையின் விருத்தியில் தடங்கல் ஏற்பட்டு உரிய விருத்திச் செயற்பாடுகளில் பின்தங்கிய நிலையைக் காணமுடிகிறது. அதேபோன்று உளசமூக விருத்தியில் பின்னடைவைக் காட்டுகின்ற பிள்ளைகளின் (உதாரணமாக ஒதுங்கியிருத்தல்) உடல் வளர்ச்சி சாதாரணமாகக் குறைவாக இருப்பதனையும் நாம் அவதானிக்க முடியும். எனவே வளர்ச்சியும் விருத்தியும் ஒரே நேரத்தில் சிறப்புற நடைபெற நாம் கவனஞ் செலுத்துதல் தேவையானது.

எமது விருப்பப்படி அன்றி பிள்ளைகளின் விருத்தி நிலைக்கு ஏற்பவே அவர்களின் செயற்பாடுகள் அமையும் என்பதை நினைவிற் கொள்வோம்.

2.2.3 பிள்ளையில் விருத்தி மாற்றம்

ஒரே நிகழ்வு தொடர்பான நடத்தையில் வயது வேறுபாட்டிற்கு ஏற்ப செயற்பாடுகள் மாற்றமடையும் எனக் கூறலாமா?

பசி வரும்போது ஒரு ஒன்பது மாதக்குழந்தை என்ன செய்கிறது? ஐந்து வயதுப்பிள்ளை என்ன செய்கிறது? பத்து வயதுப்பிள்ளை என்ன செய்கிறது? இது பற்றிய உங்கள் அனுபவம் எப்படியானது?

பசி வரும்போது,
- ஒன்பது மாதக் குழந்தை அழுகின்றது.
- ஐந்து வயதுப்பிள்ளை பசிக்கிறது எனச் சொல்கிறது.
- பத்து வயதுப்பிள்ளை தானே சென்று சாப்பிடுகிறது.

இங்கு ஒரே தேவைக்கான துலங்கலில் நடத்தை மாற்றங்களைக் காண்கின்றோம். இம்மாற்றங்கள் வயது, விருத்திக்கேற்ப வேறுபடுகின்றன. பிள்ளையின் வயது ஏற ஏறத் தனக்கு ஏற்பட்டிருப்பது பசி உணர்வு என்பதை அறிந்துகொள்கிறது. தான் சாப்பிடும் செயற்பாட்டினை மேற்கொள்ளவேண்டும் எனப் புரிந்துகொள்கிறது. ஒரு குழந்தையினதும், ஐந்து வயதுப் பிள்ளையினதும், பத்து வயதுப் பிள்ளையினதும் ஆற்றலில் மாற்றத்தைத் தோற்றுவித்த வளர்ச்சிப்படிகளே விருத்தியைக் காட்டி நிற்கின்றன.

செயற்பாடு

பயிலுநர்கள் குழுக்களாக வகைப்படுத்தப்பட்டுக் கீழே குறிப்பிடப்பட்ட சந்தர்ப்பங்களில் வெவ்வேறு வயதுப் பிள்ளைகளின் வெளிப்பாடுகள் எவ்வாறிருக்கும் என ஆராய்ந்து அதிலிருந்து பெறும் முடிவுகளை முன்வைக்குமாறு கேட்கப்படலாம்.

- தொழில் நிமித்தம் வெளிநாடு செல்வதால் தந்தை குடும்பத்தைப் பிரிதல்.
- புதிய குழந்தை பிறப்பினால் தாய் ஏனைய பிள்ளைகளுடன் அதிக நேரம் செலவிட முடியாமை.

2.3 வளர்ச்சிப் பருவங்கள்

2.3.1 குழந்தைப் பருவம் (0 - 2 வயது)

குழந்தை பிறந்தது முதல் இரண்டு வயது வரையான காலம் குழந்தைப் பருவம் எனப்படுகிறது. பிறப்பிலிருந்து இப்பருவம் முடியும் வரை குழந்தையில் ஏற்படும் வளர்ச்சி விருத்தி நிலைகளை நோக்குதல் குழந்தையை நாம் அறிந்துகொள்ள உதவுகின்றது. பிறப்பின் பின் குழந்தையின் முதல் விருத்தி நிலையைக் கொண்டதே இப்பருவம். எனவே இப்பருவத்தில் குழந்தையின் சகல விருத்திக்கும் உதவுதல் அதனைத் தொடர்ந்து வரப்போகும் பருவங்கள் சீராக நடப்பதற்கு அத்திவாரமிடுதலாக அமைகின்றது.

2.3.1.1 தாய் – குழந்தை உறவு

குழந்தை பிறந்தவுடன் தன் உணவு, பாதுகாப்புத் தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்பவருடன் அதிக அன்பிணைப்புக் கொள்கிறது. தன்னைத் தொட்டு, அணைத்து, தூக்கி, தேவைகளை நிறைவேற்றும் போது குழந்தை திருப்தி கொள்கின்றது. குழந்தை பிறந்தது முதல் உண்ணுதல், உறங்குதல், அழுதல், கழிவகற்றுதல் போன்ற செயற்பாடுகளைக் கொண்டிருக்கிறது. குழந்தை அசௌகரியம் அடையும் போது அழுகின்றது. பின்பு தாயின் தொடுகை, அரவணைப்பு மூலம் சௌகரியத்தை உணர்ந்ததும் மலர்ந்து அமைதி அடைகிறது.

ஒரு குழந்தை தான் பிறந்தவுடன் தாயை முழுதாக இனங்காணமுடியாவிடினும், ஒரு மாதமளவில் சிறப்பாக இனங்காணத் தொடங்குகிறது. அது போலத் தன்னுடன் நெருங்கிப் பழகுகிறவர்களை 9வது மாதமளவில் வித்தியாசப்படுத்தி இனங்காணத் தொடங்குகிறது. உறவினர்களுடனும் உறவை ஏற்படுத்துகின்றது. தாயின் கரிசனையுடனான பாலூட்டல், தாய் - குழந்தை பிணைப்பை அதிகரிக்கின்றது. இப்பிணைப்பு குடும்பத்தின் ஏனைய உறுப்பினர்களுடன் ஏற்படத் தொடங்குவதற்குத் தாய் பாலமாக அமைகின்றார். குழந்தை தாயன்பை உணர்தலானது, குழந்தை குடும்பத்துடன் இணைவதற்கு முதற் படியாக அமைகிறது. தாயின் செயற்பாடுகள் அன்பை ஊட்டுவதாக, பாதுகாப்பதாக, நம்பிக்கை ஊட்டுவதாக அமையவேண்டும். தாயின் உறவைப் பெறமுடியாத குழந்தைக்குப் பராமரிப்பாளரின் தாய்மை உணர்வுடன் கூடிய அன்பு வழங்கப்படுவதை உறுதி செய்ய வேண்டும். இது குழந்தையின் நலத்தைப் பேண உதவும். குழந்தையின் சமூகப் பிணைப்பிற்கும் இவை வழிவகுப்பனவாகும்.

குழந்தை சமூகத்துடன் இணைந்து கொள்ளவேண்டுமா?

இவ்வாறு குழந்தைப் பருவத்தில் தாயின் அல்லது பராமரிப்பாளரின் அன்பை முழுமையாகப் பெறாத குழந்தையைப் பிற்காலத்தில் வேறுபடுத்திக் கண்டுகொள்ள முடியுமாக இருக்கும். இவர்கள் மற்றவர்களுடன் உறவு கொள்வதில் கஷ்டப்படுவர். அன்பைக் கொடுக்கவும் பெற்றுக்கொள்ளவும் இடர்ப்படுவர். சற்று ஒதுங்கிக் காணப்படுவர். அல்லது, அளவிற்கு அதிகமாக மற்றவர்களுடன் உறவு கொள்ள அல்லது மற்றவர்களை நேசிக்க முற்படுவர். மேலும், இவர்கள் தங்களுக்கு அப்பொழுது கிட்டாத அன்பைத் தற்போது தேடித் திரிபவராகக் காணப்படுவர்.

2.3.1.2 வாயைப் பயன்படுத்துதல்

- *பத்துமாதக் குழந்தை ஒன்று கையில் கிடைத்த அனைத்தையும் வாயில் வைப்பதற்கான விசேட காரணங்கள் இருக்க முடியுமா?*

குழந்தை பிறந்தவுடன் வாய் மூலம் தன் உணவைச் சுவைக்கிறது. தன் தாயில் பால் அருந்துவது மூலம் தாயினுடனான உறவை வளர்த்துக் கொள்கிறது. பசியை நிறைவுசெய்வதில் வாயைப் பயன்படுத்தித் திருப்தியடையும் குழந்தை, தான் பல்வேறு அனுபவங்களைப் பெறவும் வாயையே பயன்படுத்துவதைக்

காணலாம். இவர்கள் கைக்குக் கிடைக்கும் பொருள்களை உடனே வாயில் வைத்துத் திருப்தி அடைகின்றனர்.

குழந்தைகள் கை சூப்புதலைப் பெரியோர் தவறான செயலாக நோக்குவது குழந்தையின் நலனுக்கு ஏற்றதா?

குழந்தை பால் குடிக்காத வேளைகளில் தன் கைகளை அசைத்து விரலை வாயில் வைத்துச் சூப்புகின்றமையைக் காண்கிறோம். விரலை வாயில் வைத்துத் திருப்தியடையும் குழந்தையின் விரலைப் பெரியவர்கள் உடனே எடுத்து விடுவதைத் தவிர்க்கலாம். அதற்காகக் குழந்தையைத் தண்டித்தல் மோசமான விளைவுகளை ஏற்படுத்தும். வாய் மூலம் திருப்தியடைவது இப்பருவ இயல்பாகும் என்பதைப் பெரியோர் கருத்திற் கொள்வது நலமாகும். குழந்தைக்குப் பசி ஏற்படும் போதெல்லாம் பால் வழங்குவது தாயின் பொறுப்பாகும். வாய் மூலமான திருப்திநிலை அடையப்படும் போது சூப்புதல் தானாகவே தவிர்க்கப்படும்.

தாயின் பால் கிடைக்காது விட்டால் அல்லது அதனை அருந்தித் திருப்தியடையும் அனுபவம் குறைவாகக் கிடைத்துக் குழந்தை ஏங்குமானால் அது பிற்காலத்தில் அதனுடைய விருத்தியைப் பாதிக்கின்றது. இவ்வாறான குழந்தைகள் வளர்ந்து பிள்ளைப் பருவத்தில் கை சூப்புவது, வெற்றிலை, 'சூயிங்கம்' போன்றவற்றை வாய்க்குள் போடுவது, நகம் கடிப்பது, வாய் மூலம் தொடர்ந்து கதைத்துத் திருப்தியடைவது போன்ற சந்தர்ப்பங்களைத் தேடும் நிலை ஏற்படலாம் என்பதையும் கருத்திற் கொள்ள வேண்டும்.

2.3.1.3 கேட்கும் ஆற்றல்

குழந்தை ஆரம்பத்தில் பெரிய சத்தங்களுக்குத் திடுக்குற்றுத் திரும்பித் தன் எதிர்வினையைக் காட்டும். வளர்கின்ற பொழுது குழந்தை பல்வேறு ஒலிகள் எழுப்புவதைக் காணலாம். இவ்வாறு குழந்தை ஏற்படுத்தும் ஒலிகளை வேறுபடுத்தி, பொருத்தமானவற்றை ஏனையோர் அக்கறையுடன் கேட்டு ஊக்குவிக்கும் போதும், பொருத்தமற்றவற்றைப் புறக்கணிக்கும் போதும் தேவையற்ற ஒலிகள் மறைந்து, தேவையானவை கற்றுக்கொள்ளப்படுகின்றது. இந்நிலையில் பெற்றோர் பல்வகை ஒலிகளைக் கேட்கும் சந்தர்ப்பத்தைப் பிள்ளைகளுக்குக் கொடுக்க வேண்டும். இதனால் கேட்டல், ஒலிகளை இனங்காணுதல், இரசித்தல், ஒலி எழுப்புதல் போன்ற திறன்களில் சிறப்பான விருத்தி ஏற்படுகிறது.

2.3.1.4 மொழி வளர்ச்சி

இப்பருவத்தில் மொழி வளர்ச்சி உருவாக ஆரம்பித்தாலும் பொதுவாகச் சுமார் பத்து மாதங்களின் பின்பே குழந்தைகள் மற்றையோரின் பேச்சினைப் பாவனை செய்ய முயலுவர். மிக இலகுவான சொற்கள் மூலம் குழந்தைகளுக்குப் புரியும்படி பெற்றோரும் குடும்பத்தினரும் மொழியைப் பயன்படுத்த வேண்டும். தாய்மொழிச் சொற்கள் எதைக் குறிக்கிறது என்பதைப் புரிந்துகொள்ளும் வகையில் பெற்றோர் குழந்தைகளின் அருகில் அதிக நேரத்தைச் செலவிடுதல் பயனளிக்கும். ஒரு வயதின் பின்னர் குழந்தை கையாளும் சொற்கள் அதிகரித்தாலும், அதற்கு

முன்னரே குறியீட்டுப் பிரயோகம் அதிகளவிற் காணப்படும். குழந்தைகளின் குறியீட்டுப் பிரயோகத்தைப் பெரியவர்கள் புரிந்துகொண்டு செயற்படுவது குழந்தையின் எண்ணக்கரு விருத்திக்கு உதவும்.

உதாரணம் :- தாகத்தின் போது தண்ணீர்ப் பானையைக் கையால் காட்டி மழலை பேசுதல்

2.3.1.6 உடல் வளர்ச்சி

போஷாக்கு உணவு பற்றிய அறிவு தாய்மாருக்கு அவசியமா?

பிறப்பிலிருந்து ஒரு வயது வரை உடல் வளர்ச்சி மிக விரைவாக நடைபெறுவதை நாம் காண்கிறோம். இப்பருவத்திலே மூளையில் 90% வளர்ச்சி ஏற்படுகிறது. உடல் வளர்ச்சியுடன் மூளை வளர்ச்சியும் நடைபெறுவதனால் குழந்தைகளுக்குப் புரத உணவு வழங்கப்படுவது அவசியமாகும். இதனால் மூளை விருத்திச் செயற்பாடுகள் ஒழுங்காக நடைபெறும். இப்பருவக் குழந்தைகளின் உடல் வளர்ச்சி பாதிக்கப்பட்டால் உளவளர்ச்சி பாதிக்கப்படும். ஏனெனில் உடல் ஆரோக்கியம் குறைந்த குழந்தை அடிக்கடி நோய் வாய்ப்பட நேரிடும். இதனால் நடைபெறவேண்டிய விருத்திச் செயற்பாடுகள் குறையும் அல்லது தடைப்படும். இதன் விளைவாக, அடுத்த பருவ விருத்திச் செயற்பாடும் தடைப்பட நேரிடும்.

உடல் வளர்ச்சி, ஆரோக்கியம் என்பன குழந்தைகளில் பேணப்படுவதற்கு பெற்றோர் - குறிப்பாகத் தாய்மார் போஷாக்குத் தொடர்பான அறிவு பெற்றிருத்தல் அவசியம். குடும்பநல உத்தியோகத்தர்கள் இது தொடர்பாகப் பெற்றோருக்கு அறிவினை வழங்கி உதவமுடியும்.

செயற்பாடு

தலைப்பு I

* பிள்ளைகளின் உடலியல் வளர்ச்சியை மேம்படுத்த வீட்டில் பெற்றோர் மேற்கொள்ளக் கூடிய செயற்பாடுகள்

தலைப்பு II

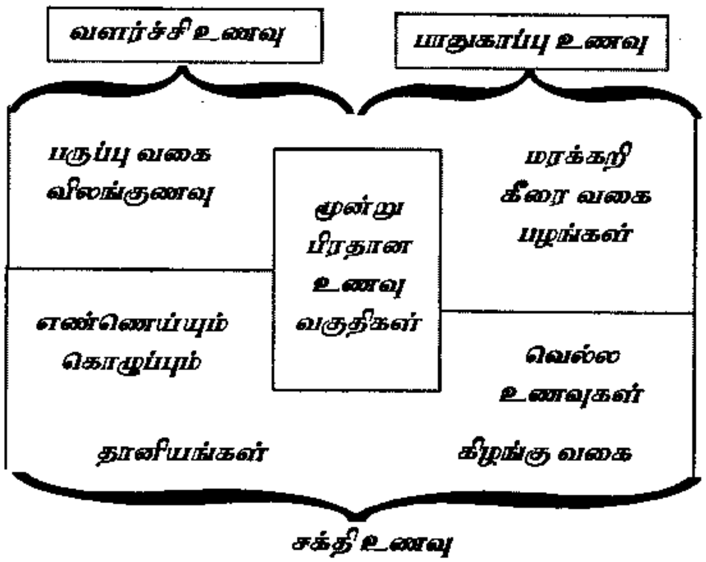
* பிள்ளைகளின் உடலியல் வளர்ச்சியை மேம்படுத்த பாடசாலையில் ஆசிரியர் மேற்கொள்ளக்கூடிய செயற்பாடுகள்

பயிலுநர் குழுக்களாக வகுக்கப்பட்டு, இரு தலைப்புகளிலும் ஆராய்ந்து முடிவுகளை முன்வைக்கலாம்.

கோப்பை நிறைந்த உணவை உண்ணும்
பிள்ளைதான் உடல், உளநலத்தோடு இருக்குமா?

2.3.1.6 சமநிலை உணவு

ஒருவரின் வயது, பால், உயரம், நிறை என்பவற்றிற்கேற்ப தேவையான போசணைச் சத்துக்களைத் தகுந்தளவில் வழங்கும் உணவு சமநிலை உணவாகும்.



2.3.1.7 தசை இயக்கம்

குழந்தை ஆறு மாதங்கள் வரை பொருள்களை உள்ளங்கையால் பொத்திப் பிடிப்பதைக் காணலாம். ஒரு வயதின் பின் பெருவிரலினதும், ஏனைய விரல்களினதும் பாவனை அதிகரிக்கிறது. இப்பருவத்தில் கைகளுக்கும் விரல்களுக்கும் பயிற்சியளிக்கும் செயற்பாடுகளில் குழந்தை ஈடுபடச் சந்தர்ப்பம் வழங்குதல் பெற்றோரின் பொறுப்பாகிறது. இதன் மூலம் குழந்தைகள் தம் முன்பள்ளி, பள்ளிச் செயற்பாடுகளின் போது நுணுக்கமான கைவேலைகள் செய்யவும், உறுப்புடன் எழுதவும் இலகுவாகக் கற்றுக்கொள்ள முடியும்.

உடலியக்க விருத்திக்கு அளிக்கக்கூடிய பயிற்சிகள்

- → நடத்தல், ஓடுதல், துள்ளுதல்
- → ஆடிப்பாடுதல்
- → பந்து விளையாடுதல்
- → பம்பரம் சுற்றுதல்
- → களிமண் உருவங்கள் செய்தல்
- → அசையும் பொருள்களுடன் விளையாடுதல்
- → இழுத்தல், தள்ளுதலுக்குரிய விளையாட்டுப் பொருள்களுடன் விளையாடுதல்

விலை கூடிய விளையாட்டுப் பொருள்களை வாங்கிக் கொடுப்பதைவிடப் பிள்ளை விரும்பும் எளிமையான பொருள்களைக் கொடுத்தல் மூலம் குழந்தையின் விருத்திக்கு உதவலாம்.

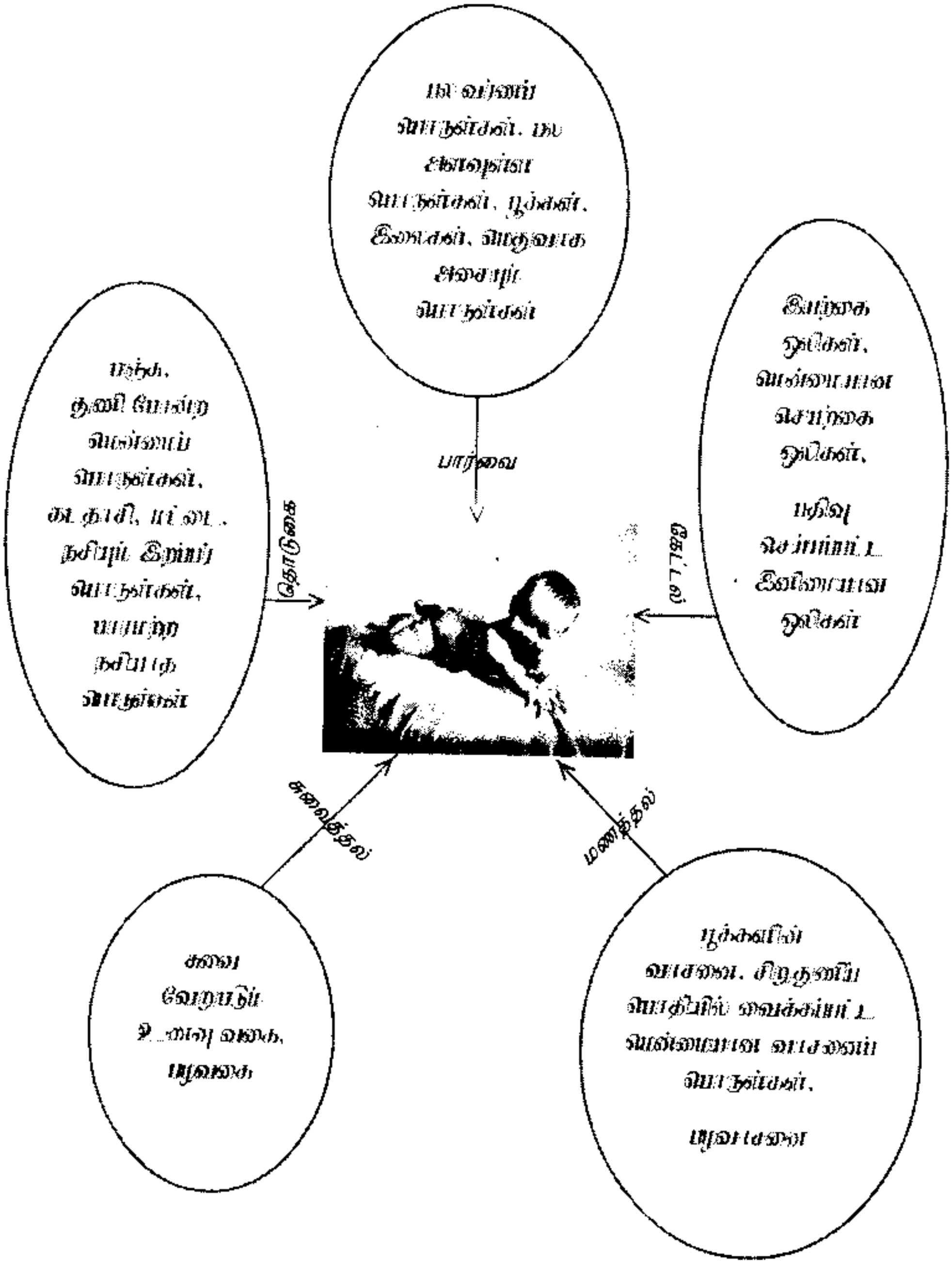
2.3.1.8 உடலியற் தேவைகள்

0 பெற்றோர் வேலைக்குப் போக முன்பு பிள்ளைகளின் கழிவகற்றல் செயற்பாடுகளை முடிக்குமாறு கட்டாயப்படுத்தலாமா?

குழந்தைகளுக்குப் பசி, தாகம், கழிவகற்றல், நித்திரை செய்தல் போன்ற உடலியல் தேவைகள் நிறைவு செய்யப்படுதல் அவசியமாகும். குழந்தைகள் தம் விருப்பப்படி கழிவகற்றச் சந்தர்ப்பம் வழங்கப்பட வேண்டும். கழிவகற்றலின் போது குழந்தைகளின் மலர்ச்சியான முகத்தை நாம் காணலாம். கழிவகற்றலில் குழந்தை திருப்தியடைவதையே இது காட்டுகிறது. பெற்றோரின் அவசரத்திற்கும் தேவைக்குமேற்பப் பிள்ளைகளைக் கழிவகற்றத் தூண்டும் நிலை பல குடும்பங்களில் காணப்படுகிறது. மேலும் முதிர்வு வரமுதலே கழிவகற்றலைக் கட்டுப்படுத்தத் துன்பப்படுத்திப் பழக்குவது, சுத்தத்தைப் பேணக் கடுமையாக வலியுறுத்துவது, சற்று அழுக்குப்படுத்தினாலும் அடிப்பது போன்ற செயற்பாடுகள் குழந்தைகளின் ஆழ்மனதில் வெறுப்பை ஏற்படுத்தலாம் அல்லது அசாதாரண கவனத்தைக் கழிவகற்றலில் நிரந்தரமாகவே ஏற்படுத்தலாம். இது குழந்தையின் விருத்தி நிலையில் பாதிப்பை ஏற்படுத்தக்கூடும். இதுபோன்றே தசையியக்கத் தொழிற்பாடுகள் பொருத்தமாக விருத்தியடைய முன்னரே அவசரப்பட்டு, நடத்தல் போன்ற செயற்பாடுகளைச் செய்ய வலியுறுத்துதல் விரும்பத்தக்கதல்ல.

இப்பருவக் குழந்தை தன் தேவையை நிறைவேற்ற அழுகையைப் பயன்படுத்துகிறது. தன் செயல்களுக்கான பாராட்டுக் கிடைக்கும் போதும், தேவைகள் நிறைவுசெய்யப்படும் போதும் சிரிப்பு, விளையாட்டு மூலம் தன் மகிழ்வை வெளிப்படுத்துகிறது. குழந்தை அழுவதன் காரணம் அறிந்து செயற்படும் போது தாய், தந்தை, குடும்பம் மீது குழந்தைக்கு நம்பிக்கை ஏற்படுகிறது. தேவை பூர்த்தியாகாத போதும், பாராட்டப்படாத போதும் குழந்தை குடும்பத்திலும் வெளியுலகிலும் அவநம்பிக்கை கொள்கிறது. இப்படியான குழந்தை பிற்பட்ட பருவங்களில் ஒதுங்கியிருத்தல், சமவயதுக் குழுக்களுடன் சேராது விடுதல், பிறரை நம்பாமை போன்ற நிலைகளுக்கு ஆளாகலாம். அதிக அவநம்பிக்கை கொள்ளுதல் குழந்தையின் பிற்கால வாழ்வின் விருத்தி நிலையைப் பாதிக்கும். குழந்தை வெளியுலகில் நம்பிக்கை கொள்ளும் விதத்தில் அதன் தேவைகள் நிறைவேற்றப்படுவதைத் தடுக்காத வகையில் சமூகம் நடந்துகொள்ள வேண்டும்.

அதிக நேரம் தொட்டிலில் படுத்திருக்கும் குழந்தையின் புலன் உணர்வுகளின் விருத்திக்குப் பெற்றோர் வழங்கக்கூடிய தூண்டல்கள் எவை?



குழந்தையைச் சுற்றியிருக்கும் சூழலின் பல்வேறு தூண்டல்களையும் அனுபவங்களையும் கவனமுடன் கொண்டு வந்து விருத்திக்கு வழிவகுக்கலாம்.

2.3.1.9 உணர்வுகள்

குழந்தை பிறந்த பொழுது அதன் உணர்வுகள் பொதுப்படையாக இருந்த போதிலும், நான்காம் மாதமளவில் மகிழ்ச்சி, அச்சம், சினம் போன்ற உணர்வுகளைக் காட்டுகின்றது. குழந்தை தாயின் அணைப்பில் மகிழ்ச்சி அடைகிறது. தவறிவிழும் போது அச்சமடைகிறது. தன் தேவைகளை நிறைவேற்றுவதில் தடை ஏற்படின் சினமடைகிறது. அச்சினத்தை அழுகை மூலம் வெளிப்படுத்துகிறது. குழந்தைகள் தமது உளவியல் தேவைகளைத் தாய் மூலமே பூர்த்தி செய்வார்கள். எனவே, தாய் குழந்தையின் உணர்வுகளைச் சரியாகப் புரிந்துகொண்டு அதற்கேற்றபடி தனது துலங்கல்களைக் காட்டுதல் அவசியமானது.

குழந்தைகள் பிறரின் கோபம், மகிழ்ச்சி ஆகிய உணர்வுகளையும் புரிந்து கொள்வர். பய உணர்வு பெரும்பாலும் பெரியோரினால் ஏற்படுத்தப்படுகிறது. குழந்தையின் தேவைகளை நிறைவேற்றுதல் மூலம் அவர்களின் உணர்வுச் சமநிலையைப் பேண முடியும்.

குழந்தையின் பின்வரும் சுகநல சேவைகளைப் பூர்த்தி செய்வதில் குடும்பம் கவனம் செலுத்த வேண்டும்.
- → சுத்தம்
- → போஷாக்கான உணவும் சுத்தமான நீரும்
- → தடுப்பூசி
- → நோயுற்ற வேளை சிகிச்சை பெற உதவுதல்
- → நற்சுகாதாரப் பழக்கவழக்கங்கள்
- → விபத்துகளில் இருந்து பாதுகாத்தல்

நாம் இதுவரை நோக்கியவாறு குழந்தைப் பருவம் ஏனைய பருவங்களிற்கு அடிப்படையான பருவமாக இருப்பதனால், குழந்தைப் பருவ வளர்ச்சியும் விருத்தியும் சீராக நடைபெற்றால்தான் ஏனைய பருவத்தின் விருத்திகள் ஒழுங்காக நடைபெறும். பிள்ளைப் பருவத்தில் காணப்படும் குறைபாடுகள், நடத்தை மாற்றங்களுக்குக் குழந்தைப் பருவத்தில் நடந்தவையும், நடக்காதவையும் காரணமாக இருக்கலாம். மேலும், இங்கே கூறப்பட்ட சில விருத்திகள் பிள்ளையின் ஏனைய பருவங்களிலும் தொடர்ந்து நடந்துகொண்டிருப்பதாலும் (உதாரணம் மொழி, உணர்வுகள்), மற்றும் இவற்றைச் சரிவரப் பூர்த்திசெய்யாத பிள்ளைகளில் இவ்விருத்திக்கான தேவை தொடர்ந்தும் காணப்படுவதாலும் மற்றைய பருவங்களிலும் இச் செயற்பாடுகளை, பெற்றோரும் ஆசிரியரும் தொடர்ந்தும் கவனஞ் செலுத்திப் பொருத்தமாக ஊக்குவித்தல் நன்று.

2.3.2 முன் பிள்ளைப் பருவம் (2 - 5 வயது)

- *முன்பிள்ளைப்பருவப் பிள்ளைகளின் விருத்திச் செயற்பாடுகள் சிலவற்றை உங்களால் கூறமுடியுமா?*

பாடசாலைக் கற்றலுக்கான ஆயத்த நிலைப்பருவமாக முன்பிள்ளைப் பருவத்தைக் காண்கிறோம். பொதுவாக இப்பருவத்திலேயே பிள்ளைகள்

முன்பள்ளிக்குச் செல்கின்றனர். அங்கு பல்வேறு அனுபவங்களினூடாக விருத்தியடையும் வாய்ப்புகளும் உண்டு. இப்பருவத்திலேதான் பிள்ளை பாதுகாப்பான குடும்ப வட்டத்தை விட்டு வெளியுலகத்தைச் சந்திக்கத் தொடங்குகிறது. சமூக உறவுகள், சமூகமயமாக்கல் என்பன இப்பருவத்திலே ஆரம்பமாகிறது.

2.3.2.1 உடலியக்கம்

சத்தத்துடனான உடலசைவுகள் உடலையும் உள்ளத்தையும் இசைவாக்குகின்றன.

முன் பிள்ளைப் பருவத்தில் விரைவான உடலியக்க வளர்ச்சி நடைபெறுவதைக் காணலாம். இப்பருவத்தில் குழந்தைகள் நடத்தல், துள்ளுதல், ஓடுதல் போன்ற செயற்பாடுகளைச் செய்யக்கூடியவர்களாக இருப்பர். விளையாட்டு உபகரணங்களைப் பயன்படுத்துவர். பந்து எறிந்து விளையாடுதல், பொம்மைகளுடன் விளையாடுதல் போன்றவற்றில் விருப்பு உடையவர்களாக இருப்பர். ஆகையினால் வீட்டில் பெற்றோரும், முன்பள்ளியில் ஆசிரியரும் பிள்ளையின் உடலியக்க வளர்ச்சிக்குரிய பயிற்சிகளையும் வழங்கிப் பிள்ளையின் விருத்திக்கு உதவ முடியும்.

2.3.2.2 மொழிவளர்ச்சி

செயற்பாடு

பயிலுநர் வட்டமாக நின்று தமக்கு இலக்கங்களைப் பெயரிடுவர். அவ்வட்டத்தின் பரிதியில் ஒரு புள்ளியைக் குறித்துக்கொள்வர். வெளியே நிற்கும் தலைவர் கை தட்டியதும் வட்டமாக ஓடுவர். பயிலுநரின் எண்ணிக்கைக்குக் குறைவான இலக்கம் ஒன்றைத் தலைவர் கூறுவார். வட்டமாக ஓடிக்கொண்டிருந்தவர்களில் குறித்த இலக்கத்தை உடையவர் புள்ளியைக் கடந்தவுடன் தனக்கு விரும்பிய ஒரு செயற்பாட்டைச் செய்துகொண்டே வட்டமாக ஓட அனைவரும் அவரின் செயற்பாட்டைத் தொடர்வர். (குதிரை ஓட்டம், யானை ஓட்டம்) இன்னொரு இலக்கம் கூறப்பட்டதும் அதற்கு உரியவர் வேறு ஒரு செயற்பாட்டை முன்னெடுப்பார். ஏனையோர் அவரைத் தொடர்வர்.

மொழி வளர்ச்சி மிக விரைவாக அதிகரிக்கும் வயது இரண்டு தொடக்கம் நான்கு வரையாகும். ஐந்து வயது முடியும் போது இரண்டாயிரத்துக்கு மேற்பட்ட சொற்களைப் பிள்ளை அறிந்திருக்க முடிகிறது. இப்பிள்ளைகள் கதை கூறும் ஆற்றல் வாய்ந்தவர்கள். கதையின் ஆரம்பத்தைக் கூறி, அதனை முடிக்கும்படி பயிற்சிகளை வழங்கினால் கற்பனை ஆற்றல், மொழி ஆற்றல், கதை மூலமாக நீதி கூறும் ஆற்றல் என்பவற்றில் விருத்தியை அடைய முடியும்.

2.3.2.3 பாவனை செய்தல்

பாவனை செய்தல் செயற்பாட்டின் மூலம் பிள்ளை விருத்தியடைய முடியுமா?

இப்பருவப் பிள்ளைகள் பாவனை செய்து விளையாடுவதைக் காணமுடியும். பிள்ளை தான் கண்டதை உடனே பின்பற்றி அவ்வாறு செய்ய முயலும். பெற்றோரின் செயற்பாடுகளைப் பிள்ளை அடிக்கடி பாவனை செய்யும். அதனால் பெற்றோர் சிறந்த முன்மாதிரியாக நடக்க வேண்டும். பெற்றோரின் துர்நடத்தைகளும் (மது அருந்துதல், புகைபிடித்தல், சண்டை பிடித்தல்) நாகரிமற்ற வார்த்தைப்

பிரயோகங்களும் (தூஷணம், கெட்ட சொற்கள்), நாளாந்தச் செயற்பாடுகளும் (அழுதல், சண்டை பிடித்தல், குறியீட்டு உடல் அசைவுகள்) பிள்ளைகளில் நிரந்தரமாகப் பதிந்து அவர்களும் அவற்றைப் பிற்காலத்திலே பின்பற்றும் வாய்ப்புகள் இருக்கின்றன.

முன்பள்ளி ஆசிரியர்களும் இதேவிதமான பொறுப்புணர்வுடன் நடந்து கொள்ளுதல் வேண்டும். பிள்ளைகள் பார்க்கின்ற படங்கள், தொலைக்காட்சி நாடகங்கள்கூட வன்முறைகள் இன்றி, நல்ல நடத்தைகளைக் காட்டுவனவாக இருக்க வேண்டும்.

மாறுவேடப் போட்டிகளில் நல்ல கதாபாத்திரங்கள் போன்று பாவனை செய்யும் சந்தர்ப்பத்தைப் பிள்ளைகளுக்கு வழங்குதல் வேண்டும். அதனால் பிள்ளையின் மனதினுள் தானும் அவ்வாறு இருக்க வேண்டும், அவ்வாறு வாழவேண்டும் என்று தோன்றும். நற்பண்புகளை வளர்த்துக் கொள்ளும் மனப்பாங்கு உருவாகும்.

உதாரணம் :- விவேகானந்தர், அன்னை தெரேசா

மேலும் இவ்வாறானவர்களை முன்மாதிரிக் கதைகள், படங்கள், வீடியோக்கள் மூலம் பிள்ளைக்கு அறிமுகப்படுத்தலாம்.

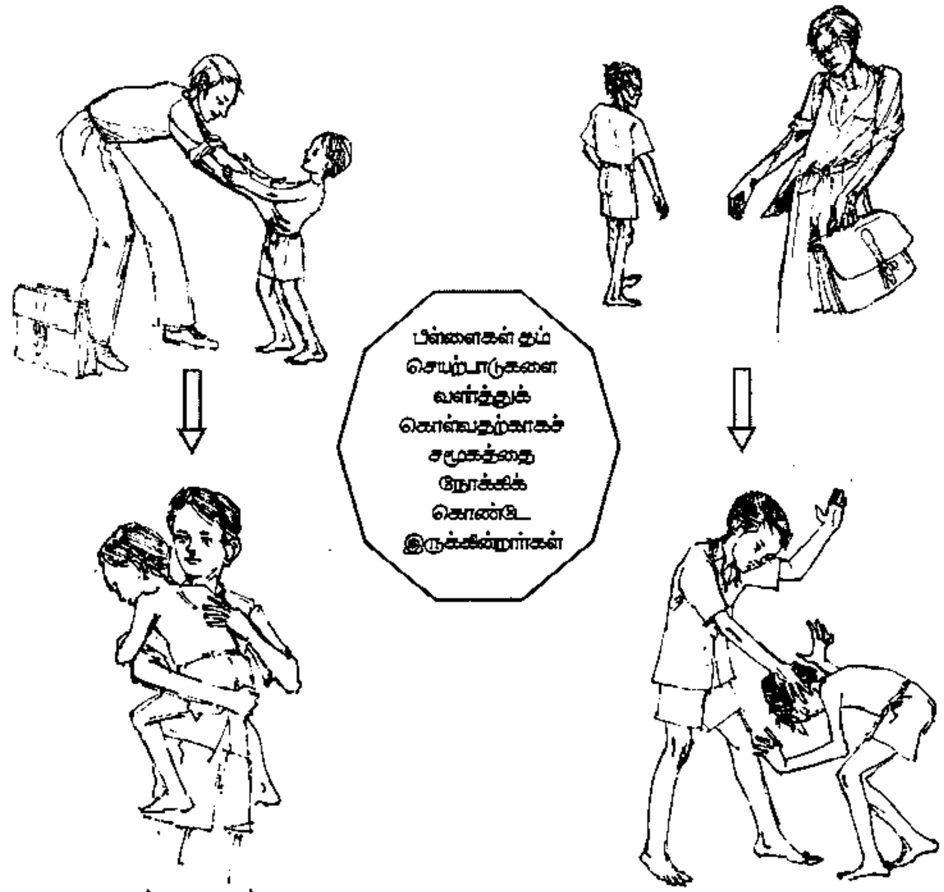
செயற்பாடு:

இப்பருவப் பிள்ளைகளின் பாவனை செய்தல் அல்லது போலச் செய்தல் செயற்பாட்டை அவர்களில் உடல், உள, சமூக, ஆன்மீக விருத்திக்குப் பயன்படுமாறு வளர்த்தெடுக்கும் செயற்பாட்டில் பெற்றோரின் பங்களிப்பு எத்தகையது?

பயிலுநர் குழுக்களாகப் பிரிந்து பிள்ளைகள் பாவனை செய்யும் வகையில் பெற்றோரின் நடிபங்கினையும், பிள்ளைகளின் பாவனை செய்தலையும் நடித்துக் காட்டிப் பிள்ளைகளின் விருத்தியில் குடும்பம், சூழல் ஆகியவற்றின் பங்களிப்பை முன்வைக்குமாறு தூண்டப்படலாம்.

2.3.2.4 குழு உணர்வு

இப்பருவத்தினரில் குழுவுணர்ச்சி வளரும் போது அவர்கள் தம் வயதை ஒத்த வேறு பிள்ளைகளுடன் விளையாடத் தொடங்குவர். இப்பருவத்திலே உள்ள பிள்ளைகளுக்கு கூட்டுறவு, போட்டி என்பன பற்றிய விளக்கம் இல்லாவிடினும், அவர்கள் சேர்ந்து விளையாடுவதன் மூலம் விட்டுக்கொடுக்கும் மனப்பான்மையையும் சமூக வாழ்விற்கு வேண்டிய பழக்க வழக்கங்களையும் கற்றுக்கொள்கின்றனர். இதன் மூலம் சமூகவிருத்தி நடைபெற வாய்ப்புண்டு. குழுக்களுடன் இணைந்து செயற்படுகையில் நல்ல அல்லது வேண்டத்தகாத பழக்கவழக்கங்களைப் பிள்ளைகள் பழக நேரிடலாம். எனவே நல்ல குழுக்களுடன் இணைந்து விளையாட வழிகாட்டுதல் நன்மை தரும்.



உ.3.2.6 பால் பேதம்

பால் பேதம் இப்பருவ இயல்பாகக் காணப்படுகிறது. ஆண்குழந்தை தகப்பனின் பண்புகளையும், பெண்குழந்தை தாயின் பண்புகளையும் பின்பற்றி வளர்வர். ஐந்து வயதடையுமுன்பே பாலியல் வேறுபாடு பற்றிய வினாக்களையும் கேட்பர். ஆண்பிள்ளைகளும், பெண்பிள்ளைகளும் தாங்கள் சார்ந்துள்ள பாலுக்கு ஏற்ற வண்ணம் விளையாட்டுகளையும், விளையாட்டுப் பொருள்களையும் தேர்ந்தெடுத்தும் அல்லது அவ்வாறு சமூகத்தால் ஊக்குவிக்கப்பட்டும் விளையாடுவதைக் காணலாம்.

இப்பிள்ளைகளிடம் பொதுவாகக் கற்பனை, ஆராய்வூக்கம், ஆக்கத்திறன் என்பன ஆரம்பிப்பதனைக் காணமுடியும். இவர்கள் வீட்டிலும் முன்பள்ளியிலும் ஏன்? என்ன? என்று பலவிதமான கேள்விகளைக் கேட்கின்றனர். இவ்வினாக்களைப் பெற்றோர் அலட்சியம் செய்து இவ்வூக்கங்களை ஆரம்பத்திலேயே நசுக்கிவிடக்கூடாது. மாறாக, அவர்களுக்கு விளங்கக்கூடியவகையில் விடையளித்து ஊக்குவிக்க வேண்டும். இப்பருவப் பிள்ளைகளிலே ஆக்கத் தொழிற்பாடுகளையும், படைப்பாற்றலையும், இரசிக்கும் தன்மையையும் விருத்தி செய்ய முடியும். உத்வேகத்துடன் புதியது படைக்க முயற்சிக்கும் இப்பருவப் பிள்ளைகள் தட்டிக் கொடுக்கப்பட்டால், அல்லது பாராட்டப்பட்டால் இவ்வாறான செயற்பாடுகள்

ஊக்குவிக்கப்படும். மாறாகத் தன்முனைப்புச் செயற்பாடுகள் தடுக்கப்பட்டு, அவை ஊக்குவிக்கப்படாமல் போனால் தன்னம்பிக்கை குறைந்து, குற்றப்பழியுணர்வு உருவாக்கப்படும்.

பிள்ளைகள் ஆரம்பத்தில் யதார்த்தத்திற்கும் கற்பனைக்கும் உள்ள வேறுபாடுகளை முழுதாக அறியமாட்டார்கள். இந்நிலையில் பிள்ளைகள் பொய் பேசுவதாகப் பெற்றோர் எண்ணுவர். எனவே யதார்த்தத்திற்கும் கற்பனைக்கும் இடையிலான வித்தியாசத்தை அவர்கள் படிப்படியாக உணரச்செய்தல் அவசியமாகும்.

பிள்ளைகளிடம் பிடிவாத குணமும், எதிர்க்கும் இயல்பும் காணப்படலாம். இக்காலத்தில் பெற்றோரின் ஆதரவு, கரிசனை, அன்பு என்பன பிள்ளைக்கு வழங்கப்படுவதுடன், அவர்களின் செயற்பாடுகளுக்கான எல்லைகளைத் தெரியப்படுத்துதலும் அவசியமாகும். பெற்றோர் தொடர்ந்து கடுங்கட்டுப்பாட்டைக் காட்டினால் பிடிவாதக்குணம் அதிகரிக்கக்கூடும். இவர்களின் கவனத்தை வேறு திசையில் திருப்பி மகிழ்ச்சி ஊட்டும் செயற்பாடுகளை வழங்க வேண்டும். ஆயினும் பிள்ளை வளர்ப்பின் போது பெற்றோர், பிள்ளைகள் தாங்கள் நினைக்கின்ற எல்லாவற்றையும் செய்யமுடியாது என்பதனையும் தங்களுக்கும் சில எல்லைப் படுத்தல்கள் இருக்கின்றன என்பதனையும் ஆதரவுடன் ஆனால் உறுதியுடன் விளக்கி, நிலைநாட்ட வேண்டும்.

பிள்ளைகளிடம் அதிக அன்பு காட்டுவதாக எண்ணி, பிள்ளைகள் ஒரு பணியையேனும் தாமாகச் செய்யவிடாமல் தடுத்து அவற்றைப் பெற்றோரே செய்ய முற்பட்டால், பிள்ளைகள் தன்னம்பிக்கையை இழந்துவிடுவர். அவர்கள் செய்யும் கருமங்களைப் பாராட்டிக் கணிப்புக் கொடுக்க வேண்டும். இக்கணிப்புத் தேவை பிள்ளைகளிடமுண்டு. கணிக்கப்படுதல் மேலும் செயற்பாடுகளைத் தூண்டும். ஆகவே பிள்ளைகளில் வேண்டத்தகாத நடத்தைகளைப் புறக்கணித்து அதற்குக் கணிப்புக் கொடுக்காமல் விட்டுவிடலாம். நாளடைவில் அவை தாமாகவே மறைந்துவிடும்.

பிள்ளை: (மிக மகிழ்வுடன்) அம்மா!!! அம்மா!!!. இண்டைக்கு நான் களிமண்ணிலை எத்தனை சாமான்கள் செய்து வச்சிருக்கிறன் தெரியுமே. வடிவா அடுக்கி வச்சிருக்கிறன். மாலாக்கா பாத்திட்டு நல்லாயிருக்கு! கெட்டிக்காரப்பிள்ளை! எண்டு சொன்னவ. வந்து பாருங்கோவன்.

அம்மா: எல்லாத்தையும் அங்க போட்டுட்டு வா. கையெல்லாம் மண். ஓடிப்போய்க் கழுவு. அப்பா வரப்போறார். ஏசவெல்லே போறார்., மண் விளையாடாதை எண்டு எத்தனை தரம் சொன்னனான்.

பிள்ளை: ???

2.3.3 பிள்ளைப் பருவம் (5 - 12 வயது)

பிள்ளைப் பருவ ஆரம்பத்திலே பிள்ளை பாடசாலைக்குச் செல்லத் தொடங்குவதால் வெளிச் சமூகத்துடனும் தொடர்பு கொள்ளத் தொடங்குகின்றது. எல்லாப்

செயற்பாடு

பயிலுநரை ஐவர் கொண்ட குழுக்களாக்கி இருவரைப் பிள்ளையும் கனிவுக் கொடுக்கும் தந்தையுமாகவும், வேறு இருவரைப் பிள்ளையும் கனிவுக் கொடுக்காத தந்தையுமாகவும் நடிக்க வழிப்படுத்தி மற்றையவர் இருபிள்ளைகளின் நிலைகளையும் பற்றிக் கருத்துக் கூறச் சந்தர்ப்பம் வழங்கலாம்.

பிள்ளைகளும் முன்பள்ளி செல்வதில்லை. அதனால் பாடசாலைக்கு முதலில் செல்லும் பிள்ளைக்கு அத்தகைய சூழல் புதியதென்பதை ஆசிரியர்கள் கருத்தில் கொள்வது நன்று. வீட்டுச் சூழலில் வாழ்ந்த பிள்ளை முதலில் நான்கு மணித்தியாலங்கள் வரை பாடசாலையில் கழிக்கவேண்டியுள்ளது. இதனால் குடும்பத்தினரின் உறவை, முக்கியமாகத் தாயின் பங்கைப் பிள்ளையின் ஆசிரியர் பிரதியீடு செய்வது, பிள்ளைக்குப் புதிய சூழலுக்கான பாதுகாப்பு உணர்வை வழங்கும். பிள்ளை தாயின் அன்புறவை ஆசிரியரிடம் காணும் போதே மகிழ்ச்சியான சூழல் உருவாகும்.

2.3.3.1 உடலியக்கம்

பிள்ளைகளில் குழந்தைப் பருவத்தின் தசைப்பிடிப்பான உடற்கட்டு பின்பு நீண்ட கால்களையும் மெல்லிய உடலையும் கொண்டதாக மாறுகிறது. கைகளில் நுண்ணிய தசைநார்த் தொகுதி இப்பருவ ஆரம்பத்தில் பூரண வளர்ச்சி பெறாது. அதனால் இப்பருவத்தின் உடல் சார்ந்த செயல்கள் யாவும் பெரும் தசைநார்த் தொகுதியினாலேயே நடைபெறுகிறது. இதனால் பிள்ளைகள் ஏறுதல், பாய்தல், தள்ளுதல் ஆகிய செயல்களை நன்கு செய்வர். எழுதுதல், தைத்தல், படம் வரைதல் போன்ற நுணுக்கமான செயல்கள் இந்தப் பருவ ஆரம்பத்தில் கடினமானவையாக இருந்தாலும் இப்பருவத்திலே படிப்படியாக இவை விருத்தி பெறும். ஆசிரியரும் பொருத்தமான முறையில் இவை விருத்தியடைவதற்கு ஊக்கம் கொடுக்கலாம். அநேக செயற்பாடுகளில் பிள்ளைகள் உடலின் எல்லா உறுப்புகளையும் பயன்படுத்துவதைக் காணலாம். உதாரணமாகப் பந்தை எறியும் போது முழு உடலையும் உயர்த்தி அல்லது தூக்கி எறிவார்கள். உடல் வளர்ச்சி மெதுவாக இருப்பினும், சக்திப் பெருக்கினால் எதையேனும் செய்யவேண்டுமென்று துடித்துக் கொண்டிருக்கும் சுறுசுறுப்பான பருவமே இது.

இப்பருவப் பிள்ளைகளில் சிந்திக்கும், செயற்படும் ஆற்றல் மேம்பட்டு ஆக்கத்திறன், கற்பனைத் திறன், வகைப்படுத்தல் திறன் என்பன வலுப்பெறுகின்றன. பிள்ளைகளின் சூழல் விரிவடைவதால் பிள்ளை கையாளும் பொருள்களும், காணும் காட்சிகளை உள்வாங்குதலும் அதிகரிக்கின்றன. அதனால் பொருள்களைச் சேகரிக்கும் எண்ணம் உண்டாவதால் திரட்டும் ஊக்கம் வளர்ச்சி அடைகிறது. அது என்ன? இது என்ன? ஏன்? எனும் வினாக்கள் தோன்றி ஆராய்வு ஊக்கம் வளர்ச்சியடைகிறது. மேலும், தம் செயல்களில் தடை அல்லது தாமதம் ஏற்பட்டவுடன் அவற்றைத் தாண்ட முயற்சிப்பர். கூடிய உத்வேகம், கோபம், எதிர்ப்பு, முரண்படும் தன்மை போன்றவை தோன்றலாம். சகமாணவர்களுடன் உறவு, கூட்டுச்

எதையாவது செய்யவேண்டும் என்ற பிள்ளைகளின் துடிப்பார்வத்தை அவர்களின் விருத்திக்கு எவ்வாறு பெற்றோரும் ஆசிரியரும் பயன்படுத்தலாம்?

செயற்பாடுகள், விளையாட்டுகளில் போட்டி, இணக்கப்பாடுகள், முரண்பாடுகள் என்பன இப்பருவத்தில் ஏற்படும்.

> செயற்பாடு
> பாடசாலைக் கலைத்திட்டத்தின் ஊடாக ஆராய்வூக்கம், கற்பனைத் திறன் என்பவற்றை வழிப்படுத்தக்கூடிய வழிகள் எவை?
> குழுக்களாக ஆராய்ந்து முடிவுகளை முன்வைக்கலாம்.

பிள்ளைகளிடம் இயல்பாக எழும் ஊக்க நிலைகளினூடாக அவர்களின் விருத்திக்கு எம்மால் வழிகாட்ட முடியுமா?

ஊக்குவிக்கக்கூடிய சில பிள்ளைப் பருவச் செயற்பாடுகள்

- சூழலிலுள்ள நிறமுள்ள பொருள்களைச் சேகரித்தல்
- சூழலிலுள்ள வளையக்கூடிய பொருள்களைச் சேகரித்தல்
- வித்துக்கள் சேகரித்தல்
- சந்தையில் இரைச்சலுக்கான காரணங்களைத் தேடுதல்
- மின்குமிழ், மின்கலங்களை எவ்வாறெல்லாம் இணைத்து ஒளிரவைக்கலாம் என ஆராய்தல்
- சூரியஒளியை எவ்வாறு திசை மாற்றலாம் என ஆராய்தல்?
- கட்டித் தொங்கவிட்ட பந்தை கையால் அல்லது துடுப்பால் அடித்தல்
- உதைபந்தாட்டப் பயிற்சியில் ஈடுபடுதல்
- நாடகத்தில் உணர்ச்சிகளைக் காட்டும் பாத்திரம் ஏற்றல்
- கதை சொல்லுதல்
- ஆக்கப்படைப்புகள் (படம் வரைதல், வர்ணம் தீட்டல், களிமண் மாதிரிகள் அமைத்தல்)

2.3.3.2 தேவைகள்

பிள்ளைப் பருவத்திலும் அன்பு, கணிப்பு, காப்பு ஆகிய தேவைகள் வேறு பரிமாணங்களில் தொடர்கின்றன. தேவைகள் விரிவடைவதால் அவற்றைத் திருப்திப்படுத்துவதில் சிறிது காலதாமதம் ஏற்படுகின்ற வேளைகளிலே பிள்ளைகளிடம் கோபம், கசப்பு, ஏமாற்றம் போன்ற உணர்வுகள் ஏற்படுகிறது. அவ்வேளைகளில் பொருள்களை உடைத்தும், மற்றவரை ஏசியும், முணுமுணுத்தும் தம் கோபத்தை வெளிப்படுத்துகின்றனர். அன்புத் தேவை காரணமாகப் பொறாமை உணர்வு ஏற்படுகிறது. தாம் பிறரின் அன்பை இழந்திருக்கும் போது எவரிடமிருந்தேனும் வேறு பிள்ளைகள் அன்பைப் பெற்றால் உடனே அப்பிள்ளைகள் மேல் பொறாமை, எரிச்சல் கொள்கின்றனர். குடும்பத்தில் ஆதரவை இழந்த பிள்ளைகள் பாடசாலையில் தம் நண்பர்களிடமும் ஆசிரியர்களிடமும் இருந்து ஆதரவு பெற்றுத் திருப்தியடைகின்றனர்.

தண்டனை வழங்குவதால் பிள்ளையின் காப்புணர்வு பாதிக்கப்படுமா?

தனக்கு வழங்கப்படும் தண்டனை எதற்காக வழங்கப்படுகிறது எனப் பிள்ளை அறிந்திருக்க வேண்டுமா?

2.3.3.3 உணர்வுகள்

சிறுவயதில் கோபம், மகிழ்ச்சி போன்ற உணர்வுகள் நிலையற்றனவாகவும் மாறி மாறித் தோன்றுவனவாகவும் இருக்கும். இப்பிள்ளைப் பருவத்திலே உணர்வுகள்

செயற்பாடு

பின்வரும் சந்தர்ப்பங்களில் பயிலுநர் இருவர் இருவராக இணைந்து ஒருவரின் கண்ணைத் துணியால் மறைத்துக் கட்டியபின் மற்றையவரின் உதவியுடன் குறிப்பிட்ட தூரம் சென்று வரும் அனுபவத்தை வழங்கலாம்.

- உதவுபவரின் வாய்மொழி மூல வழிகாட்டலுடன் மட்டும் செல்லுதல்.
- உதவுபவர் தொடுகை மூலம் வழிகாட்டிச் செல்லுதல். (தாமே மற்றையவரது பாதத்தை முன்னே எடுத்து வைத்துத் திரும்ப வேண்டிய இடங்களில் உடலைத் தொட்டுத் திருப்பியும் விடுதல் போன்றன).
- தாமே தேர்ந்தெடுத்த உதவுபவருடன் செல்லல்.

கண்கட்டப்பட்டவரின் உணர்வுகள் பற்றிக் கலந்துரையாடிக் காப்புணர்வு பற்றிய முடிவுகளை முன்வைக்கலாம்.

காப்புணர்வு????

தனது செயற்பாடுகளில் வெகுமதிக்குரியவை எவை? தண்டனைக்குரியவை எவை? எனத் திட்டமாக அறியும் பிள்ளை திடமாகக் காப்புணர்வு பெறும்..

செயற்பாடு

- ஒழுங்குடன் கூடிய கட்டுப்பாடான சுதந்திரம் வழங்குதல், உரிய தேவைகள் நிறைவு செய்யப்படுதல், வளர்ந்தோரின் ஆதரவு கிடைத்தல்
- கட்டுப்பாடற்ற சுதந்திரம் வழங்குதல், அனைத்து விருப்பங்களும் நிறைவு செய்யப்படுதல், எல்லாவித சலுகைகளும் கிடைத்தல்

மேற்காட்டிய இரு சூழ்நிலைகளிலும் வளரும் பிள்ளைகளை ஒப்பிட்டு இருவரின் காப்புத் தேவைகள் பற்றிக் கலந்துரையாடி முடிவுகளை முன்வைக்கலாம்.

அதிக நேரம் நீடிக்கும். அழத் தொடங்கினால் சற்றுநேரம் அழுதுகொண்டே இருப்பதைக் காணலாம். பயம், பதகளிப்பு போன்ற உணர்வுகளும் காணப்படும். பேய், பிசாசு, மிருகங்கள் பற்றிய பயஉணர்வு இயல்பாக ஏற்படாத போதும் வளர்ந்தோரே அவ்வுணர்வினைப் பிள்ளைகளிடம் ஏற்படுத்துகின்றனர். உதாரணமாக, "*கிணற்றினுள் முனி இருக்கிறது. கிட்டப் போனால் உன்னைப் பிடித்து விழுங்கிவிடும்*" எனப் பெற்றோர் கூறிப் பயப்படுத்துவதைக் காணலாம். இப்பருவக் கற்பனைத்திறன் இக்கட்டுக்கதையை இன்னும் விரிவாக்கம் செய்யும். ஆனால் அப்படிப் பயப்படுத்தாமல் பிள்ளையிடம் கிணறு பற்றிய அபாயத்தை விளக்கமாகக் கூறுதலும் (கிணற்றுக்குள் விழுந்தால் என்ன நடக்கும் என விளக்கலாம்) கிணற்றிற்குத் தடுப்புச்சுவர் அமைத்தலும், கிணற்றைச் சுற்றிவரப் பாதுகாப்பான வேலி அமைத்தலுமே பெற்றோர் மேற்கொள்ளவேண்டிய ஆரோக்கியமான பாதுகாப்பு நடவடிக்கைகள் ஆகும்.

2.3.3.4 குழு உணர்வு

பிள்ளைகள் சிறுசிறு குழுக்களாக இணைந்து விளையாடும் பண்பைக் கொண்டிருக்கின்றனர். பாடசாலை செல்லும் ஆரம்பகாலத்தில் இக்குழுக்கள் நிரந்தரமாக இல்லாவிடினும், பின்பு இவை படிப்படியாக ஓரளவிற்கு நிரந்தரமானவையாக மாறுவதை அவதானிக்கலாம். குழுக்களிடையே உடன்பாடுகள், முரண்பாடுகள், கூட்டுறவுகள், போட்டிகள், சண்டைகள் என்பன அடிக்கடி ஏற்படும். பால் ரீதியாகப் பிரிந்து குழுக்களாகச் செயற்படுதல், தன்பாலை ஒத்த பெற்றோர் அல்லது பெரியோரின் செயல்களைப் பின்பற்றுதல் போன்ற செயற்பாடுகளும் காணப்படும். பெண்பிள்ளைகளைவிட ஆண்பிள்ளைகள் விரைவில் குழுக்களாகச் சேருவதை அவதானிக்கலாம். சமூகம் எதனை மதிக்கிறதோ, அல்லது எதற்குக் கணிப்புக் கொடுக்கிறதோ அதனைப் பெறும் முனைப்பே இவர்களிடம் காணப்படுகிறது. ஆண்பிள்ளைகள் நுட்பமான பொறிமுறைகளுடன் கூடிய விளையாட்டுகளில் ஈடுபடுவர். பெண்பிள்ளைகள் அலங்கரித்தல், சமையல் பாவனை, பொம்மை விளையாட்டு போன்ற விளையாட்டுகளில் கவனம் செலுத்தச் சமூகத்தால் ஊக்குவிக்கப்படுவர்.

இப்பருவப் பிற்பகுதியில் அதிகளவு வெளியுலகுடன் பொருந்தக்கூடிய சைக்கிள் ஓட்டம், நடித்தல் போன்ற செயற்பாடுகளில் ஈடுபடுவர். எனவே ஆசிரியர்கள் பாடவேலைகளில் குழுவேலைகளைத் திட்டமிட வேண்டும். எல்லாப் பிள்ளைகளுக்கும் மாறிமாறித் தலைமைப் பொறுப்பை வழங்கித் தலைமைத்துவப் பண்பை அவர்களிடையே வளர்க்கலாம். வேலைகளைப் பங்கிடுதல், ஒற்றுமை, விட்டுக்கொடுக்கும் மனப்பாங்குடன் செயற்படுதல், கூட்டு முயற்சி, தலைமைக்குக் கீழ்ப்படிதல், பிறருக்கு உதவிசெய்தல், வழி காட்டுதல் போன்ற பண்புகளை ஆசிரியர் ஊட்டலாம். அதனால் குழுக்களிடையே நடக்கும் சண்டை, சச்சரவுகளை தவிர்க்கும் மனப்பாங்கை ஏற்படுத்தலாம். இப்பண்புகள் பிள்ளைகளிடையே சமூகப் பிணைப்பையும் உறவாடும் ஆற்றலையும் ஏற்படுத்த உதவும்.

செயற்பாடு

பாறை விளையாட்டு

பங்குபற்றுநர்களில் ஒருவர் கப்பலாகவும் ஏனையோர் பாறைகளாகவும் நடிப்பர். ஆங்காங்கே பாறைகளாகப் பிள்ளைகள் அமர்ந்திருக்கக் கப்பலாக இயங்கும் பங்குபற்றுநர் கண்களைக் கட்டிய நிலையில் துறைமுகம் நோக்கிச் செல்வர். பாறைகளில் மோதும் நிலை அல்லது திசைமாறும் நிலை ஏற்படும் போது பாறைகள் உஸ்...... எனும் ஒலியை எழுப்பிச் சரியான பாதையில் கப்பல் செல்ல உதவுகின்றன.

இச்செயற்பாட்டின் போது பிள்ளைகளிடையே விருத்தியடையும் மனப்பாங்குகள் எவை?

2.3.3.5 மொழிவிருத்தி

பிள்ளைகளின் மொழி விருத்தியைப் பொறுத்தவரை புத்தக வசதி, படித்த மூத்த சகோதரர்கள், மொழியைத் திருத்தமாகப் பேசும் குடும்பத்தினர் போன்ற நல்ல குடும்பச் சூழல் காணப்படும் இடங்களில் மொழி விருத்தி விரைவாக வளம்பெறும் வாய்ப்பு இருக்கின்றது. இப்பருவப் பிள்ளைகளிடையே வாசிக்கும் பழக்கத்தை ஏற்படுத்துவதால் மொழி விருத்திக்கு உதவலாம். வானொலி கேட்டல், பத்திரிகை வாசித்தல் என்பனவும்கூட இதற்கு உதவி செய்யும். மொழியை உச்சரிப்பதில் தவறுகள் இருந்தால் பெற்றோரும், ஆசிரியரும் பிள்ளைகளுடன்

செயற்பாடு

பங்குபற்றுநர்கள் இரு குழுக்களாக வகுக்கப்பட்டு பத்து அடி இடைவெளியில் இரு வரிசைகளில் நிற்பர். தம்மை நோக்கிய நிலையில் பெரிதாக எழுதப்பட்ட சொல் அட்டைகள் வைத்திருப்பர். விளையாட்டு ஆரம்பமானதும் சொல் அட்டைகளை மறு வரிசையை நோக்கித் திருப்புவர். பொருத்தமான சொற்களைக் கொண்டவர்கள் இணைந்து முன்னோக்கி ஓடி வெற்றி பெறுவர்.

உதாரணம் :	இலை	பச்சை
	பால்	வெள்ளை

இச்செயற்பாட்டை ஏழு, எட்டு வயதுப் பிள்ளைகளின் திறன்கள் பற்றிய எண்ணக்கருவை விருத்தி செய்யவும், வாசிப்புத்திறனை விருத்தி செய்யவும் உடலியக்கத் திறனை விருத்தி செய்யவும் மேற்கொள்ளலாம். இவ்வகையில் வயதிற்கேற்ற சொற்களை அறிமுகப்படுத்தி விளையாட்டினூடாக மொழி விருத்தியை எல்லா வயதுகளிலும் செயற்படுத்தல் சிறப்பானதாகும். அத்துடன் குறுக்கெழுத்துப் போட்டிகள், எழுத்துக்களால் எழுத்தானமாகச் சொற்கள் ஆக்குதல் ஆகியவற்றில் ஈடுபட வைத்தலும் மொழி விருத்தியை ஊக்குவிக்கும்.

அளவளாவி அத்தவறுகளைத் திருத்த வேண்டும். உளமுதிர்ச்சியின் காரணமாகச் சொற்களை ஒழுங்குபடுத்தி நீண்ட வசனங்களைப் பேசவும், எழுதவும் பிள்ளைப் பருவத்தினர் படிப்படியாகத் திறன் பெற்றுவிடுகின்றனர்.

பிள்ளைகளின் எண்ணக்கரு உருவாக்கத்திலும் மொழித்திறன் அடிப்படையாக அமைகின்றது. மொழி விருத்திக்கு ஆசிரியர் நன்கு கணிப்புக் கொடுத்து ஊக்குவிக்கத் தவறினால், பிள்ளைகள் தவறிழைக்கச் சந்தர்ப்பம் ஏற்படலாம். அதேவேளை, இப்பருவப் பிள்ளைகளின் ஆராய்வூக்கத்தை ஆசிரியர் தூண்டிவிட்டால், அவை பற்றி அறியும் நோக்குடன் அவர்கள் தாமே பல சிறிய நூல்களை வாசிக்கும் பழக்கத்தை மேற்கொள்வர். எழுதவும் முற்படுவர்.

2.3.3.6 பிரச்சினை தீர்த்தல்

பிள்ளைப் பருவத்தில் பொருள்களிடையேயான தொடர்புகளை அறியவும், தர்க்க சிந்தனையைப் பயன்படுத்தவும் முற்படுவர். ஆரம்பத்தில் பிரச்சினையை விடுவிக்க முயன்று தவறிக் கற்றல் முறையைப் பயன்படுத்துகின்ற பிள்ளைகள், பாடசாலை செல்லும் வயதுகளில் சிந்தித்தல், ஆராய்தல், அனுபவத்தைப் பயன்படுத்துதல், செய்முறைப் பிரயோகம் போன்றவற்றைப் பயன்படுத்துவர். எனவே ஆசிரியர் செயன்முறைப் பிரச்சினைகளையும், அறிவுசார் பிரச்சினைகளையும் பிள்ளைகளின் தீர்க்கும் திறன்களைப் பயன்படுத்தும் வகையில் பாடவேலைகளை ஒழுங்கு செய்யவேண்டும். இப்பருவத்தின் இறுதியில் இருக்கின்ற பிள்ளைகள் பிரச்சினையைத் தீர்க்க விஞ்ஞான முறைகளைப் பயன்படுத்துவர்.

பொருள்கள் அல்லது எளிமையான நிகழ்வுகளில் காணும் ஒத்த இயல்புகள், பொருத்தமற்ற இயல்புகள் ஆகியவற்றைச் சரியான முறையில் அறிந்துகொள்வதன் காரணமாக இவர்களிடம் பொருள்களையும் நிகழ்வுகளையும் வகைப்படுத்தும் ஆற்றல் உண்டாகிறது. வகைப்படுத்தும் ஆற்றலைத் தொடர்ந்து பொருள்களின் பருமன், நிலைகள், நிறச்செறிவுகள் போன்ற இயல்புகள் சார்பாக இவற்றினை வரிசைப்படுத்தும் ஆற்றலும் இப்பருவத்தில் தோன்றுகின்றது.

மேற்காட்டியவாறு பிள்ளைப் பருவ விருத்தியை நோக்கும்போது எல்லா வகையிலும் இப்பருவம் முக்கியத்துவம் வாய்ந்தது என்பதை விளங்கிக் கொள்ளலாம். விளையாட்டுகளில் பங்கெடுத்து உடல் திறன் பெறுதல், வாசிப்பு, எண், எழுத்து ஆகியவற்றில் உளத்திறன் பெறுதல், தன்னைப் பற்றிய மனப்பாங்கு விருத்தி அடைதல், சகபாடிகளுடன் பொருத்தப்பாடு பெறுதல், சுதந்திரமாகச் செயற்படுதல், மனச்சாட்சி, அறநெறி, சமூக விழுமியங்கள், மனப்பான்மைகள் ஆகியன விருத்தியடைதல் என்பவற்றை இப்பருவத்திலே சிறப்பாகக் காணலாம்.

2.3.4 கட்டிளமைப் பருவம் (12 - 18 வயது)

இக்கைந்நூலில் நாம் ஆரம்பப் பிரிவுப் பிள்ளைகளின் விருத்தி நிலைகளையே விரிவாகப் பார்க்கின்ற போதிலும், மாணவப் பருவத்தில் கட்டிளமைப் பருவமும் முக்கியத்துவம் பெறுவதனால் அப்பருவ விருத்தி நிலைகளைச் சுருக்கமாக நோக்குவோம்.

இப்பருவத்திலேதான் குழந்தைப் பருவத்தின் பின் மீண்டும் உடல் வளர்ச்சியில் துரித வேகம் ஏற்படுவதைக் காணலாம். இப்பருவப் பிள்ளைகளில் உயர் வளர்ச்சி கை, கால் ஆகிய உறுப்புகளில் அதிகமாக ஏற்படுவதால் புதிய உடல் மாற்றத்திற்கு ஏற்றவாறு அவர்கள் தமது நடத்தைகளை உடனடியாக மாற்ற முடியாமல் நெருக்கீட்டிற்கு உள்ளாவர். துணைப்பால் இயல்புகளின் வளர்ச்சி கட்டிளமைப் பருவத்தில் முக்கியமானது. ஆண், இனப்பெருக்க உறுப்புகளில் உரோம வளர்ச்சி, குரல் மாற்றம், மார்பு அகலமாதல், தசைநார்கள் பலமடைதல் என்பன ஆண்களிலும் பெண் இனப்பெருக்க உறுப்புகளில் உரோம வளர்ச்சி, மாதவிடாய் ஆரம்பம், மார்பு வளர்ச்சி, இடுப்பு அகலமாதல் என்பன பெண்களிலும் துணைப்பால் இயல்புப் பண்புகளாகக் காணப்படுகின்றன. மேலும், இப்பருவத்திலே மனோபாவ நெருக்கீடுகளும் நிறைந்து காணப்படும். இதுவரை வளர்ந்தோரில் சார்ந்திருந்த பிள்ளைகள் தாமே சுதந்திரமாக இருக்க விரும்புவதைக் காணலாம். குழுக்களாக இணைந்து சமூகத் தொடர்புகளை விருத்தி செய்வர். எதிர்ப்பாலாரில் நாட்டம் ஏற்படும் தன்மை உருவாகும். தம்மை அடையாளம் காணும் தன்மையும் இப்பருவத்திற்கே உரியது. அடையாளம் காணமுடியாத நிலை இருப்பின், அது சுயகுழப்பத்திற்கு வழிகோலலாம்.

இப்பருவத்தினருக்குக் கற்பிக்கும் ஆசிரியர்கள் அவர்களை அன்புடன் வழிநடத்திச் செல்ல வேண்டும். மாணவருடன் இணைந்து வேலைகளைத் திட்டமிடுதல், சிந்தனைகளை வெளிப்படுத்தும் நிகழ்வுகளில் ஈடுபடுத்தல், சமூக வேலைகளில் ஈடுபடுத்தல் போன்ற செயற்பாடுகள் அவர்களின் வளர்ச்சிக்கும் விருத்திக்கும் உதவும்.

2.4 முடிவுரை

ஒவ்வொரு பருவங்களிலும் பொருத்தமான அனுபவங்களைப் பெறும் பிள்ளையின் வளர்ச்சியும் விருத்தியும் தங்குதடையின்றி நடைபெறும்.

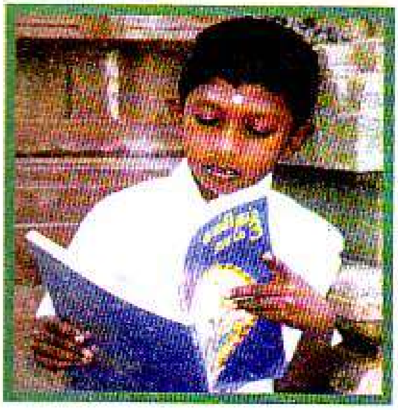
மேற்காட்டியவாறு பிள்ளைகளின் படிநிலையான வளர்ச்சி, விருத்தி என்பவற்றை இதுவரை நோக்கியுள்ளோம். ஒவ்வொரு படிநிலைகளும் அவ்வப் பருவங்களில் சீராக நடைபெற வேண்டிய முக்கியத்துவத்தையும், ஒரு படிநிலை விருத்திக் குறைபாடு அடுத்த படிநிலை விருத்தியில் பாதிப்பை ஏற்படுத்துவதையும் அறிந்துகொள்ள வேண்டும். எனவே பிள்ளைகளில் முழு விருத்தியை ஏற்படுத்தி, உரிய வயதுப் பருவங்களில் நடைபெற வேண்டிய வளர்ச்சிக்கும் விருத்திக்கும் தேவையான வாய்ப்புகளையும் உதவிகளையும் வழங்கி, பிள்ளைகள் முகங்கொடுக்கும் இடர்ப்பாடுகளை நீக்கும் வழிவகைகளையும் முன்வைத்து எமது பங்களிப்பை உறுதிசெய்து கொள்வோம்.

வாழ்க்கை விருத்திப் படிகள்

நிலை	வயதுக் காலம்	முக்கிய இயல்புகள்	அறிகை நிலை (பியாஜே)	உளப் பாலியல் நிலை (பிராய்ட்)	உள சமூக நிலை (எறிக்சன்)	ஒழுக்க நிலை (கோல்பேர்க்)
பிரசவத்திற்கு முந்தியநிலை	பிறப்பு வரை	உடலியல் விருத்தி	–	–	–	–
குழந்தை	24 மாதம்	உடலியக்கம் அடிப்படை விருத்தி சமூகப்பிணைப்பு	புலனியக்க நிலை	வாய் வழி, குதவழி	நம்பிக்கை, அவநம்பிக்கை	முன் ஒழுக்க நிலை
முன்பிள்ளைப் பருவம்	2– 5 வருடம்	மொழிவிருத்தி, பால் பேதம், குழுவிளையாட்டு, கல்வி கற்றலுக்கான ஆயத்த நிலை	முன் உளத் தொழிற்பாட்டு நிலை	குறியீன்ப நிலை	தன்னாட்சி, வெட்கம்	கீழ்ப்படிவும் தண்டனையும் (நிலை 1) பரஸ்பர பரிமாற்றம்
பிள்ளைப் பருவம்	6–12 வருடம்	அதிக அறிகைச் செயற்பாடுகள், குழுவிளையாட்டு	தூல உளத் தொழிற்பாட்டு நிலை	மறை நிலை	தன்முனைப்பு, தாழ்வு மனப்பாங்கு	நல்ல பிள்ளை நிலை
கட்டிளமைப் பருவம்	12–18 வருடம்	வாலிபர் பருவ ஆரம்பம், உயர்நிலை அறிகைத் தொழிற்பாடு, பெற்றோரிடம் இருந்து சுதந்திரம், பாலியல் தொடர்புகள்	நியம உளத் தொழிற்பாட்டுப் பருவம்	பாலுறுப்பு நிலை	அடையாளம் காணுதல், அடையாளக் குழப்பம்	சட்டம் கட்டளை
இளமைப் பருவம்	18–45வருடம்	தொழில் குடும்பம் விருத்தி	–	–	நெருங்கிய உறவு கொள்ளுதல், தனிமையாதல்	சமூக ஒப்பந்தம் (நிலை5)
நடுத்தரப் பருவம்	45–65 வருடம்	உயர்தரத் தொழில் நிலைமை, சுயமதிப்பீடு, வெறுமைக்கூடு, இளைப்பாறுதல்	–	–	ஆக்கத்திறன் விருத்தி, தேக்க நிலை	நியம முறைகளைப் பின்பற்றல்
முதுமைப் பருவம்	65–இறப்பு வரை	குடும்ப மகிழ்ச்சி, சாதனைகள், தங்கியிருத்தல், தாரமிழப்பு, சுகநலமின்மை	–	–	முழுமை, தன்னிழப்பு	
இறப்பு	–	–	–	–	–	–

விறகு சுமந்து திரிந்த ஏதிலிப் பையன்
சிறகு முளைத்தவனாய்
பாடசாலைப் பை தாங்கி
குதூகலத்தில் ஓடினான்
கவிதையில் பேசினான்

PDF Reducer Demo



3

கற்றல்

- [illegible]
- [illegible]
- [illegible]
- [illegible]
- [illegible]
- [illegible]

3.1 அறிமுகம்

PDF Reducer Demo

ஒரு பிள்ளையினுடைய வளர்ச்சியிலே கற்றல் செயற்பாடுகள் மிகவும் முக்கியமானவை. கற்றல் செயற்பாடுகள் பாடசாலைகளில் இருந்து ஆரம்பிக்கின்றன என்றே பொதுவாக நாம் கருதுகின்றோம். ஆனால் ஒரு பிள்ளை கருவில் இருக்கின்றபோதே கற்றல் செயற்பாடுகள் ஆரம்பித்துவிடுகின்றன. தொடர்ந்து குடும்பம், சமூகம், பாடசாலை போன்ற சூழல்களில் நடைபெறும் கற்றல் செயற்பாடுகள் பிள்ளையின் வளர்ச்சியில் பங்குகொள்கின்றன.

ஆறு வயதுச் சிறுவன், தகரப்பேணி, நுங்கு, தடி, கயிறு, ஆணி போன்ற சூழலில் இலகுவாகக் கிடைக்கின்ற பொருள்களைக் கொண்டு தள்ளுவண்டி ஒன்றைச் செய்து விளையாடுவதை நாம் கண்டிருக்கின்றோம்.

இவ்விளையாட்டுகளிலும் கற்றல் செயற்பாடுகள் உள்ளிருப்பதை நாம் விளங்கிக் கொள்ள வேண்டும். இதுபோன்ற விளையாட்டுகளின் மூலம் பிள்ளைகளின் உடற் செயற்பாடுகள் மட்டுமன்றி விவேகத்தன்மைகளும் வெளிக்காட்டப்படுகின்றன.

செயற்பாடு

பயிலுநர்கள் இருவர் இருவராக முற்பக்கத்திலே குறிப்பிட்ட விளையாட்டைப் பற்றிக் கலந்துரையாடச் செய்யலாம்.

- மேற்படி விளையாட்டின் உள்ளே இருக்கும் எண்ணக்கரு யாது?
- இவ் விளையாட்டின் மூலம் பல்வேறு மாணவர்களும் பெற்றுக்கொள்ளக்கூடிய புலக்காட்சிகள் எவை?
- இவ்விளையாட்டை விளையாடுவதற்கு எவ்விடயங்கள் ஞாபகத்தில் வந்திருக்க வேண்டும்?
- இவ்விளையாட்டில் ஏற்படக்கூடிய இடர்கள் எவை?

போன்ற கேள்விகள் மூலம் அவர்கள் தங்கள் எண்ணங்களைப் பரிமாறிக் கொள்ளலாம்

இவ்வகையில் கற்றல் செயற்பாடுகள் என்ற இவ்வலகில் கற்றல், எண்ணக்கரு, புலக்காட்சி, நுண்ணறிவு, ஞாபகம், உந்தல், கற்றல் இடர்ப்பாடு போன்ற விடயங்கள் நோக்கப்படுகின்றன.

கற்க கசடற
கற்பவை
கற்றபின் நிற்க
அதற்குத் தக
-குறள்

3.2 கற்றல்

- *கற்றல் என்பதன் மூலம் நீங்கள் கருதுவது யாது?*
- *எந்தெந்த வகைகளில் கற்றல் நடைபெறுகிறது?*

பிள்ளைகளில் பல்வேறுபட்ட மாற்றங்கள் நிகழ்ந்து கொண்டேயிருக்கின்றன. இம்மாற்றங்களின் அடிப்படையாகக் கற்றல் அமைகின்றது. கற்றலானது பிள்ளைகளின் அறிவு, திறன், மனப்பாங்கு, நடத்தை போன்றவற்றில் மாற்றங்களை ஏற்படுத்துகின்றது.

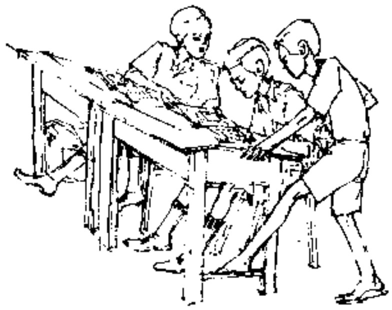
கற்றலுக்கு முன்னரும், கற்றலுக்குப் பின்னரும் பிள்ளைகளில் ஏற்படுகின்ற நடத்தை மாற்றங்களைக் கொண்டு கற்றல் நிகழ்ந்துள்ளமையை அறியலாம். உதாரணமாக, "தூரிகையால் பல் துலக்கினால் பற்களில் இருக்கின்ற அழுக்குப் பொருள்கள் வெளியேற்றப்படும்" எனப் பிள்ளைகள் பாடசாலையில் கற்கிறார்கள். பின்னர் அவர்கள் வீட்டில் தினமும் தூரிகையால் பல்துலக்கும் செயற்பாட்டில் ஈடுபடுகிறார்கள் எனின் அது கற்றலால் ஏற்பட்ட நடத்தை மாற்றம் ஆகும்.

வாழ்வில் உருவாகின்ற(அனைத்துச் சந்தர்ப்பங்களும் கற்றலுக்கான களமாகவே அமைகின்றன. ஒரு பிள்ளை பாடசாலைக்கு வரமுன்னமே தனது வாழ்க்கைக்குத் தேவையான முக்கியமான விடயங்களைக் கற்றுவிடுகின்றது. பிள்ளைகள் முக்கியமாகத் தாயிடமிருந்தும், பெற்றோர், உறவினர், அயலவரிட

யிருந்தும் வாழ்க்கை அடிப்படைகளை உள்வாங்கிக் கொள்வர்.

மேலும் அவர்கள் தாமாகவே செவிமடுத்தும், பார்த்தும், சுவைத்தும், மணந்தும், தொட்டுணர்ந்தும், செய்துபார்த்தும், கதைத்தும் பலவற்றைக் கற்கின்றார்கள். கையால் மணலில் எழுதியும், கரியால் சுவரில் கீறியும் படிக்கிறார்கள். பெரிது சிறிது, கூடக்குறைய போன்ற எண்ணக்கருக்களையும் அவர்கள் சூழலின் உதவியுடன் பாடசாலைக்கு வரமுன்பே அறிந்துகொண்டுவிடுகின்றார்கள்.

பெற்றோருடன் சேர்ந்து கற்றல்


பிள்ளைகளுடன் விளையாடிக் கற்றல்

பாடுதல், ஆடுதல், வரைதல் போன்றவற்றை இரசிக்கவும், அவற்றில் ஈடுபடவும் பிள்ளைகள் சிறுவயதிலேயே கற்றுக்கொள்கிறார்கள். தனியாகவும் குழுவாகவும் விளையாடுவதன் மூலம் இது நடைபெறலாம். விளையாட்டினூடாகவே பல உடல், உள, சமூகச் செயற்பாடுகளையும் அறிந்து கொள்கின்றனர்.

கற்றலைப் பிள்ளை வீட்டிலேயே ஆரம்பித்தாலும் மற்றைய இடங்களிலும் அது தொடர்வதால் அதற்கேற்ப வீட்டுச்சூழலும் (அலகு 5ஐப் பார்க்கவும்), சமூகச்சூழலும், பாடசாலைச்சூழலும் (அலகு 4ஐப் பார்க்கவும்) நன்கு ஒழுங்கமைந்திருத்தல் வேண்டும். இல்லையெனின், தவறான கற்றற்சூழல் பிள்ளைகளில் தவறான நடத்தைகளை உருவாக்கலாம்.

நன்கு ஒழுங்கமைந்த சூழலுக்கு உதாரணமாக, பாடசாலையில் பட்டம் ஒன்று செய்வதனைக் குறிப்பிடலாம். இங்கு மாணவர் பட்டம் கட்டுவதற்குத் தேவையான ஈர்க்கு, நூல், பசை, கடதாசி போன்ற பொருள்களைச் சேகரிப்பர். ஆசிரியர் ஒரு மாதிரிப் பட்டத்தைக் காட்டுவதுடன், மாணவர்கள் அதைப் பார்த்துத் தாமும் செய்ய ஆசிரியர் வழிப்படுத்துவர்.

தொட்டிலில் பழக்கம் சுடுகாடு வரைக்கும்

தவறான கற்றல் சூழலுக்கு உதாரணமாக, ஒரு தாய் சமைப்பதற்குத் தேவையான மாங்காய் ஒன்றை அயலில் சென்று வீட்டுக்காரருக்குச் சொல்லாமல் பறித்து வரும்படி தனது 10 வயதுப்பிள்ளையிடம் கூறுவதைக் குறிப்பிடலாம்.

ஏற்கனவே பிள்ளையிடம் உள்ள அறிவு, திறன், மனப்பாங்கு என்பன நிகழ்காலக் கற்றலுக்கு உதவுகின்றன. இவற்றை, கற்றலை நிர்ணயிக்கும் அகக்கற்றல் நிபந்தனைகளாகக் கொள்ளலாம். பிள்ளைகளுக்கு வெளியில் இருந்து கற்றலுக்கு உதவுகின்ற அனைத்தையும் புறக்கற்றல் நிபந்தனைகளாகக் கொள்ளலாம்.

பிள்ளையை அறிதலே ஆசிரியர் தகுதி

மேலும் பிள்ளைகளின் கற்றலில், அவர்களின் விருத்திப்படிநிலைகள் மிக முக்கிய செல்வாக்கைச் செலுத்துகின்றன. அந்தப் பிள்ளை எதை, எந்த முறையில் கற்கலாம் என்று அறிந்திருக்கும் நிலையே ஆசிரியரின் தகுதியைத் தீர்மானிக்கின்றது. அதாவது பிள்ளையின் விருத்திநிலைக்கு ஏற்றவாறு கற்பிக்கும் ஆசிரியரே சிறந்த பயனைப் பெறுவர்.

3.2.1 கற்றல் வகைகள்

கற்றல் வகைகள்

☺ *எண்ணக்கருக் கற்றல்* - மனிதன் குரங்கிலிருந்து கூர்ப்படைந்தான் என்பதை ஏற்றுக்கொண்டு கற்றல்

☺ *தூண்டல் - துலங்கல் கற்றல்* - மாம்பழம் இனிக்கும் என்பது நாக்கினூடாகத் தூண்டப்பட்டுத் துலங்கலூடாக வெளிப்படுதல்.

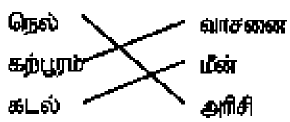
☺ *பிரச்சினை விடுவித்தற் கற்றல்* - சதுரத்தின் ஒரு பக்கம் 6cm எனின் அதன் சுற்றளவு 24cm எனக் கற்றுக்கொள்ளுதல்.

☺ *வேறு பிரித்தறியும் கற்றல்* - மிருகங்களினதும் பறவைகளினதும் படங்களை ஒன்றாக்கி வேறுபடுத்தச் செய்தல்.

☺ *விதிகளைக் கற்றல்* - ஒவ்வொரு தாக்கமும் அதற்குச் சமமானதும் எதிரானதுமான மறு தாக்கத்தைக் கொண்டிருக்கும் என்ற நியூட்டனின் விதியைக் கற்றல்.

☺ *சொல் இணைப்புக் கற்றல்* - பனை + ஓலை எனும் சொற்களை இணைத்து பனையோலை எனக் கற்றல்

☺ *தொடர்புபடுத்திக் கற்றல்* -



கற்றல் வகைகள் வளரும் பிள்ளையின் பல்வேறு காலப்பகுதிகளில் பல்வேறு விதமாக நடைபெறுகின்றன. உதாரணமாக, மொழிகற்றல் செயற்பாட்டில் மிகவும் கூடுதலாக, "குறியீடுகளைக் கற்றல்" என்னும் கற்றல்வகை பயன்படுகின்றது. அதாவது, பொருள்களை அவற்றின் பெயர்களாக மூளையில் பதியவைப்பதைக் குறிப்பிடலாம். இதுபோன்ற ஏனைய கற்றல் வகைகளைப் பெட்டகத்தினுள் பார்க்கவும்.

3.2.2 கற்றலுக்கான உந்தல்

கற்றல் நடைபெறுவதற்கு மாணவரில் ஓர் ஆர்வம், உந்தல், ஊக்கம், உற்சாகம் இருக்க வேண்டும். பொதுவாக, பிள்ளைப் பருவத்தில் ஒரு கற்றல் இயல்பூக்கம் இயற்கையாகவே செயற்படுகின்றது. புதியனவற்றைக் கற்று வாழ்க்கையைச் சமாளிக்க,. கையாள எல்லா உயிர்களும் தமது வளரும் பருவத்தில் கற்றுக்கொள்கின்றன. ஆயினும், உடலியல் காரணங்களாலோ (உதாரணமாக, நோய்வாய்ப்பட்ட நிலை, போசாக்கின்மை), அல்லது உளவியல், சூழல் காரணிகளாலோ இது தடுக்கப்படலாம். கசப்பான அனுபவங்கள் மாணவர் மனதில் ஒரு தடங்கலை ஏற்படுத்தலாம். உதாரணமாக, கடினமான சரீர தண்டனை கொடுக்கும் ஆசிரியர் மாணவரின் தன்னம்பிக்கையைச் சிதைத்து கற்றலில் வெறுப்பை ஏற்படுத்தலாம். குறிப்பாக அந்த ஆசிரியரின் பாடங்களில் (உதாரணம், கணிதம், சங்கீதம்) மாணவருக்கு வாழ்நாள் முழுவதும் ஒரு தடை, ஒரு வெறுப்பு காணப்படலாம்.

எமது பாடசாலைகளில் பிள்ளைகளிடத்தே உள்ள ஆராய்வூக்கத்தை முழுமையாகப் பயன்படுத்துகின்றோமா? அல்லது அடக்குகின்றோமா?

மேலும் பாடங்களை அர்த்தமின்றித் திரும்பத் திரும்ப மணித்தியாலக் கணக்கில் மனனஞ் செய்ய வற்புறுத்துவதனால் விரக்தி ஏற்படலாம். எதிர்மறையாக, ஒரு நல்ல ஆசிரியரின் கற்பித்தலால் மாணவருக்குக் கற்றலில், குறிப்பிட்ட பாடங்களில், ஆர்வமும் ஊக்கமும் உருவாகலாம். அதேபோன்று பாதகமான குடும்பச்சூழலும் (அலகு 5ஐப் பார்க்கவும்), பாடசாலைச்சூழலும் (அலகு 4ஐப் பார்க்கவும்) கற்றல் உந்தலைப் பாதிக்கலாம். ஒரு வீட்டிலே கல்வியில் அக்கறையோ ஆர்வமோ இல்லாவிட்டால், அந்த வீட்டு மாணவரிலும் அதே மனப்பான்மை உருவாக்கப்படும்.

3.2.3 கற்றலை மேம்படுத்தும் சில வழிமுறைகள்

3.2.3.1 மொழித்திறனை வளர்த்தல்

பிள்ளைகளின் மொழித்திறனை வளர்ப்பதில் பெற்றோர், சகபாடிச் சிறுவர்கள், உறவினர்கள், ஆசிரியர்கள் போன்றோர் பெரும் பங்குவகிக்கின்றனர். வகுப்பறையில் ஆசிரியர்கள் மொழித்திறனை வளர்ப்பதில் வெவ்வேறு உபாயங்களைக் கையாள முடியும். உதாரணமாகச் சொல்லாக்க விளையாட்டுகள், குறுக்கெழுத்து அட்டவணைகளை நிரப்பல், புதுச்சொற்களை அறிமுகம் செய்தல் போன்றவற்றைக் கையாளலாம். இதேபோல வீட்டிலும் மொழித்திறன் விருத்திக்கான உத்திகளைக் கையாளலாம்.

உரிய காலத்திற்கு முன்னர் கற்றலைத் திணிக்கும் பொழுது பிள்ளையின் இயல்பான விருத்தியில் பாதிப்பு வரலாம்

உ+ம்:- பிள்ளையுடன் கதைத்தல், சிறு புத்தகங்களை வாசிக்க ஊக்குவித்தல், பாடல்களைப் பாட ஊக்கப்படுத்தல், கதை, விடுகதை சொல்ல ஊக்கப்படுத்தல் போன்றவை.

3.2.3.2 புலன்களைத் தொழிற்படுத்தல்

பிள்ளைகளிற்குத் தொட்டுணர்தல், சுவைத்தல், பார்த்தல், மணத்தல், செவிமடுத்தல் போன்ற புலன்களின் தொழிற்பாடுகளை வளர்ப்பதற்குப் பல்வேறு சந்தர்ப்பங்களைக் கொடுக்க வேண்டும். பல்வேறுபட்ட பொருள்கள், உருவங்கள், நிறங்கள், மேற்பரப்புகள், இசைகள், ஓவியங்கள் போன்றவற்றை வகுப்பறையில் பயன்படுத்தலாம்.

3.2.3.3 பரந்த அறிவை ஏற்படுத்தல்

பிள்ளைகள் சுற்றுலா செல்லுதல், இயற்கையை இரசித்தல், திருவிழாக்கள், கலை நிகழ்வுகள், கொண்டாட்டங்கள்; விளையாட்டுகள் போன்றவற்றில் பங்குபற்றுதல், பார்வையிடுதல் ஆகியவை புலனறிவை விருத்தி செய்யும். மேலும் தொல்பொருள், அரும்பொருள் காட்சிச்சாலைகளைப் பார்வையிடல், மிருகங்கள், பறவைகள் சரணாலயங்களைப் பார்வையிடல் போன்றனவும் பரந்த அறிவை ஏற்படுத்தும். விடயங்களை அலசி ஆராய்ந்து விளங்கிக்கொள்ள ஊக்குவிக்கப்படல் நன்று. இதன் மூலம் வேறுபடுத்தி அறியும் தன்மையும் பிள்ளைகளிடம் வளரும்.

3.2.3.4 உடலியக்கத் திறன்களை வளர்த்தல்

பிள்ளைகளை விளையாடுதல், ஓடுதல், பாய்தல், ஏறி இறங்குதல், துவிச்சக்கர வண்டிகளைச் செலுத்துதல், நீந்துதல், ஊஞ்சல் ஆடுதல், இராட்டினத்தில் சுற்றுதல் போன்றவற்றினை வழிகாட்டலுடன் செய்யவிடுவதன் மூலம் உடல் இயக்கத்திறன்களை வளர்க்கலாம். இவ்வாறு பருவநிலைகளுக்கு ஏற்பப் பிள்ளைகளின் உடலியக்கத்திறன்கள் விருத்திபெறும் பொழுது கற்றல் இலகுவாக நடைபெறும்.

3.2.3.5 உறவாடல் திறன்களை வளர்த்தல்

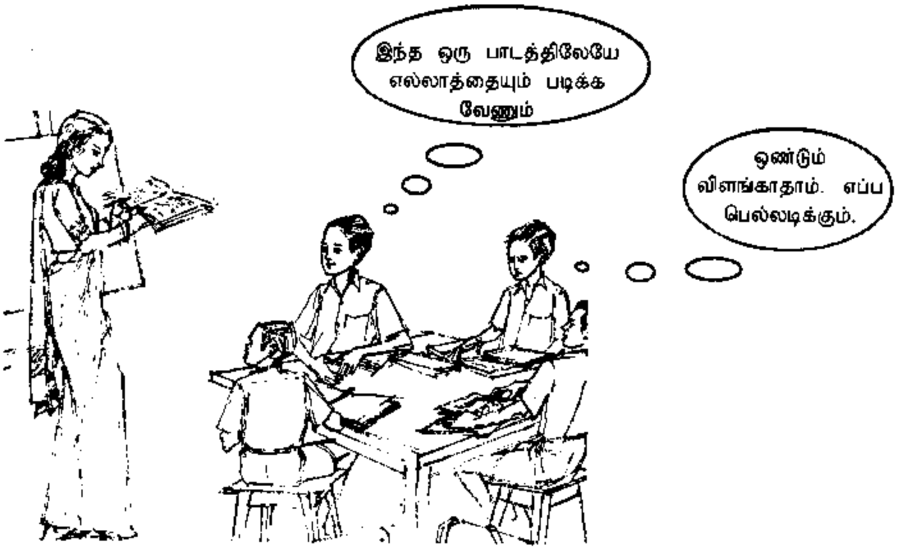
விளையாட்டு, நாடகங்கள், கோவில், சனசமூக நிலையங்கள், விளையாட்டுப் பூங்கா, கடற்கரை போன்றவற்றிற்குப் போவதால், ஈடுபடுவதால் குழுச் செயற்பாடுகள் அதிகரிக்கின்றன. அதேநேரம் பிள்ளைகளின் உறவாடல் திறன்களும் வளர்ச்சியடையும்.

3.2.3.6 சமூகத்திறன்களை விருத்தி செய்தல்

பிள்ளைகளுக்குப் பொதுஇடங்கள், பாடசாலைகள், சமய கலாசார ஒன்றுகூடல்கள் போன்றவற்றில் மற்றவர்களுடன் ஒன்று சேர்ந்து கதைத்துப் பழகும் சந்தர்ப்பங்களை வழங்குவதன் மூலம், இவ்விருத்தியை அதிகரிக்கலாம்.

உறியில்
வெண்ணெய்
இருக்க ஊரெல்லாம்
நெய்க்கு
அலைவானேன்.

பிள்ளைகளிடம் ஆராய்வூக்கம் இயல்பாகவே காணப்படும். அதாவது வீட்டிலே பிள்ளைகள் விளையாட்டுப் பொருட்களுடன் விளையாடுகின்ற போது பகுதி பகுதியாகக் கழற்றுவதை அவதானிக்கலாம். இவ்வாறாய்வூக்கத்தை ஊக்குவித்து கற்றலுக்கான சூழ்நிலையை உருவாக்கலாம். ஒரு பிள்ளை ஆராய்வூக்கத்துடன் எதையும் எளிதாகவும், விரைவாகவும், மனமகிழ்ச்சியுடனும் கற்பார்.



செயற்பாடு

ஆசிரியர் கற்பிக்கும் ஒரு பாடத்தை மீத்திறன் உள்ள ஒருவரும் நுண்மதி குறைந்த ஒருவருமாக இரு மாணவர்கள் அவதானிக்கின்றனர். இதனை மூவர் மூலம் (ஒரு ஆசிரியர், இரு மாணவர்) நடிபாகமாக நடித்துக்காட்ட வழிப்படுத்துக.

இவர்களின் கற்றல் வெளிப்பாடுகள் ஒரேமாதிரியாக இருக்குமா?

சிந்தனைக் கிளறல் மூலம் பயிலுநர்கள் இதனை ஆராய்ந்து பொருத்தமான முடிவுகளுக்குவர வழிப்படுத்துக.

3.2.3.7 பிரச்சினை தீர்க்கும் திறன்களை வளர்த்தல்

பிள்ளைகளை அவர்களின் வயதிற்கேற்பச் சிறிய சிறிய பிரச்சினைகளை எதிர்கொள்ளச் சந்தர்ப்பங்கள் வழங்கி, அவற்றைத் தீர்த்துக்கொள்ள உதவவேண்டும். பிரச்சினைகளை, வீட்டில் குடும்ப உறுப்பினர்கள் சேர்ந்து கதைப்பதன் மூலம் தீர்வுகளுக்கு எளிதில் வரமுடியும்.

3.3 எண்ணக்கரு

- *எண்ணக்கரு என்பது என்ன?*
- *எண்ணக்கரு உருவாக்கம் எவ்வாறு நிகழ்கின்றது?*

ஒரு பொருள் அல்லது விடயம் பற்றி, பிள்ளைகள் வைத்திருக்கும் அறிவு (வடிவம்) எண்ணக்கரு எனப்படும். கற்பித்தல் செயற்பாட்டில் இந்த எண்ணக்

கருக்களைப் பிள்ளைகளுக்கு பெயர்களினாலேயோ அல்லது குறியீடுகளினாலேயோ பெற்றோரும் ஆசிரியரும் விளங்கப்படுத்துகின்றனர்.

உ+ம்:- மரம், மிருகம், கார்

காலப்போக்கில் பிள்ளைகள் தமது விருத்திக்கு ஏற்றவாறும், அனுபவ வாய்ப்புகளுக்கு ஏற்றவாறும், சமூகக் கலாசார எண்ணக்கருக்களை உள்வாங்கி விடுவார்கள். இது சமூகமயமாக்கலில் ஒரு முக்கிய அம்சமாகும்.

விளையும் பயிரை முளையிலே தெரியும்

உதாரணமாக, பலாப்பழத்தின் சுவை மாத்திரம் பலாப்பழம் என்ற எண்ணக்கருவை ஏற்படுத்துவதில்லை. அதன் மற்றைய பண்புகளான பருமன், நிறம், மணம், வடிவம் போன்றனவும் இணைந்தே பலாப்பழம் என்ற எண்ணக்கருவைத் தருகின்றது.

எண்ணக்கருவின் இயல்புகள்

- ஒரு எண்ணக்கரு இன்னொரு எண்ணக்கருவுடன் யாதாயினும் ஒருவகையில் தொடர்புடையது.
  உ + ம் :- மாம்பழம் என்ற எண்ணக்கரு பழங்கள் என்ற எண்ணக்கருவுடன் தொடர்புடையது.
- ஒவ்வொரு எண்ணக்கருவுக்கும் உரிய சிறப்பியல்புகள் உள்ளன.
  உ+ ம் :-நாய், பூனை, ஆடு, மாடு போன்ற மிருகங்களுக்கான எண்ணக்கரு உருவாக்கத்தில் அவற்றின் உருவ அமைப்புகள் சிறப்பியல்பாக இருக்கும்.
- ஒரு எண்ணக்கருவில் மனிதத் தொடர்பும் விடயம் சார்பான தொடர்பும் இருக்கும்.
  உ + ம் :-பப்பாளிப்பழம் என்ற எண்ணக்கருவில் அதனுடைய உருவ அமைப்பு விடயம் சார்பான தொடர்பாகவும், அந்தப் பழத்தை மகிழ்ச்சியோடு மற்றவர்களுடன் கலந்து சுவைப்பது மனிதத் தொடர்பாகவும் இருக்கின்றது.

PDF Reducer Demo

ஒரு பொருளைப் பற்றி, பிள்ளைகள் தாம் பெறுகின்ற புலன் உணர்ச்சிகளின் ஊடாக அது தொடர்பான எண்ணக்கருவை உருவாக்குகின்றனர். அதனுடன் உணர்ச்சிகளும் உணர்வுகளும் சேர்க்கப்படுகின்றன. எனவே புலனுணர்ச்சிகள் சரியாக உணரப்பட்டால் எண்ணக்கருவைப் பிள்ளைகள் சரியாக உருவாக்கிக் கொள்வார்கள். அல்லாவிடின் தவறான எண்ணக்கரு உருவாகலாம்.

உ+ம்:- கறுப்பு நிறமுடைய உருவங்கள் பயங்கரமானவை எனும் எண்ணக்கரு உருவாக்கப்பட்டால், அப்பிள்ளை கறுப்பு நிறம் எப்போதும் கூடாதது என நினைக்கலாம்.

எண்ணக்கருக்களில் அருவமான எண்ணக்கருக்கள், உருவமான எண்ணக் கருக்கள் என இருவகையுண்டு. அன்பு, பாசம், கோபம் போன்றவற்றை அருவமான எண்ணக்கருக்கள் என்கின்றோம். மரம், பூ, மிருகம், பொருள்கள் போன்றவற்றை உருவமான எண்ணக் கருக்கள் என்கின்றோம்.

செயற்பாடு

பின்வரும் பகுதிகளைச் சொற்களில் எழுதி அல்லது படங்களில் வரைந்து ஒன்றாகக் கலந்துவிடுக. கூரை, தலை, கதவு, பெல், கவர், யன்னல், கை, நிலம், கால், கரியல், சில்லு

- மேற்படி பகுதிகளில் ஒத்தவற்றை ஒன்றாக்கி எண்ணக்கருக்களை உருவாக்கலாம். (வீடு)
- முழுமையான எண்ணக்கரு உருவாகாத விடயம் பற்றிக் கலந்துரையாடலாம்.

அருவமான (அன்பு, பாசம் போன்ற) எண்ணக்கருக்களைப் பிள்ளைகளுக்கு ஏறத்தாழ 11 வயதின் பின்னர் உருவாக்குவது இலகுவாகவும் உணர்ந்துகொள்ளக் கூடியதாகவும் இருக்கும். ஏனெனில் இவ்வயதில்தான் அறிவாற்றல் அமைப்பு விருத்தியாகின்றது. (ஜீன் பிஜாஜே 11 வயதிலிருந்து 18 வயது வரையுள்ள இந்தப் பருவத்தை நியம சிந்தனைப் பருவம் எனக் கூறுகின்றார்).

ஆயினும், இதற்கு முன்பே பிள்ளைகள் அன்பு, பாசம், கோபம் போன்றவற்றை உணரத் தொடங்கிவிடுவர்.

நல்லது கூடாதது, நன்மை தீமை, சரி பிழை போற்றத்தக்கது, ஏற்றுக்கொள்ளப் படக்கூடியது, பொறுப்புணர்வு, குற்றவுணர்வு, வெட்கம், நியதி, நல்லொழுக்க நியமங்கள், விழுமியங்கள், நீதி போன்றவையும் படிப்படியாக உள்வாங்கப்பட்டு மனச்சாட்சி தோன்றும். இவற்றை நேரடியாகச் சொல்லிப் பிள்ளைகள் கற்றுக்கொள்வதிலும் பார்க்க, மற்றவர்களைப் பார்த்து, முக்கியமாகப் பெற்றோர், ஆசிரியர், முன்மாதிரியான நடத்தைகள், முகபாவனை, மனப்பான்மை போன்றவற்றை அவதானித்து, ஊகித்து உள்வாங்குவர். இந்த மனச்சாட்சி சீராக அமைந்தால், எதிர்காலத்தில் அவர்கள் சுயமாகத் தம்மை வழிநடத்தக்கூடியவர்களாக, தலைமைத்துவம் கொடுக்கக்கூடியவர்களாக வருவார்கள்.

3.4 புலக்காட்சி

- *புலக்காட்சி எனும் பதம் பற்றி நீங்கள் கருதுவது யாது?*
- *புலக்காட்சியில் செல்வாக்குச் செலுத்தும் காரணிகள் எவை?*

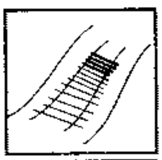
சூழலிலிருந்து பல்வேறு தூண்டிகள் எமது கவனத்தை ஈர்க்கக்கூடியனவாக வந்தடைகின்றன. இவற்றைத் தோல், நாக்கு, கண், மூக்கு, செவி போன்ற புலன் உறுப்புகள் தெரிந்துகொள்கின்றன. ஆயினும் ஒரு புலனுறுப்பு ஒரே நேரத்தில் பல தூண்டிகளை ஏற்பதில்லை. ஒரு நேரத்தில் ஒரு தூண்டியை ஏற்கும்போது இன்னுமொரு தூண்டி செயல்திறன் குறைந்து காணப்படும்.

உ+ம் :-ஒரு சிறுவனை ஒருவர் அழைக்கும் அதே நேரத்தில் அச்சிறுவன் தனது பாடத்தை வாசிக்கச் சிரமப்படுவான்.

ஒவ்வொரு புலனும் ஒவ்வொரு புலனுணர்ச்சியை உருவாக்குகின்றன. புலனுறுப்புகளினூடாக ஒரு விடயத்தைப் பெறுகின்றபோது அச்செய்தி நரம்புகளின் மூலம் மூளைக்கு எடுத்துச் செல்லப்பட்டுத் தெரியப்படுத்தப்படுவது புலனுணர்ச்சி எனப்படுகிறது. இத்தகைய புலனுணர்ச்சிக்கு மூளையினால் அளிக்கப்படும் விளக்கமே புலக்காட்சி ஆகும்.

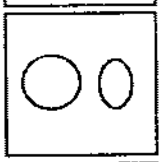
உ+ம் :- ஒரு பிள்ளை மோட்டார் சைக்கிள் ஒலியை வேறுபடுத்தி அறிதல் கேட்டல் புலனுணர்ச்சியாகவும், அந்த நேரத்தில் அந்த விசேட ஒலியுடன் வருவது அப்பாவின் மோட்டார் சைக்கிள் என்று பெறுகின்ற தெளிவு, கேட்டல் புலக்காட்சியாகவும் காணப்படும்.

புலக்காட்சியைப் புறவயக்காரணிகள் தீர்மானிக்கின்றன.

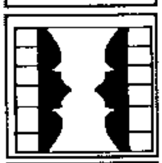


பார்வைக்கு ஒடுங்கிச் செல்வதுபோன்று இருந்தாலும் தண்டவாளங்கள் சமாந்தரமாகவே இருக்கும் என மூளை தீர்மானிக்கிறது.

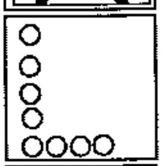
மருண்டவன் கண்ணுக்கு இருண்டதெல்லாம் பேய்.



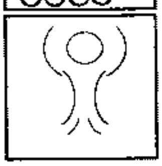
வளையங்களைப் பக்கவாட்டில் பார்த்தாலும் அது வட்டமானதுதான் என்பதை மூளை தீர்மானிக்கின்றது.



புலக்காட்சியாகக் கிண்ணமா அல்லது முகங்களா பார்வைக்கு முன்னணிக்கு வருகின்றன?



வட்டங்களா அல்லது வடிவமா புலக்காட்சிக்கு தெரிகின்றன?



கோடுகளா அல்லது உருவமா புலக்காட்சிக்கு தெரிகின்றன?

செயற்பாடு

- மேற்படி படங்களைப் பயிலுநர் பார்வையிடலாம்
- புலக்காட்சி தொடர்பாகச் சிந்திக்கலாம்.
- அனுபவம் தொடர்பான புலக்காட்சிக் கருத்துக்களை முன்வைக்கலாம்.
- புறவயக்காரணிகளின் செல்வாக்குப் பற்றிக் கலந்துரையாடலாம்.

புலக்காட்சியை அகவயக் காரணிகளும் தீர்மானிக்கின்றன. ஒரு பொருள் அல்லது விடயத்தினை நோக்கும்போது குறித்த நபர் முன்பே பெற்ற அகவய இயல்புகள் புலக்காட்சியில் அதிக பங்களிப்புச் செய்கின்றன. பெட்டகத்தைப் பார்க்கவும்.

புலக்காட்சியைத் தீர்மானிக்கும் அகவய இயல்புகள்

☺ *அனுபவம்* -ஒரு அதிபரை ஒரு மாணவன் பயத்துடனும் இன்னுமொரு மாணவன் விருப்புடனும் பார்க்கலாம்.

☺ *எதிர்பார்ப்பு* - சந்தைக்குச் சென்ற பச்சை வர்ணச்சேலை கட்டிய தாயை எதிர்பார்த்துக்காத்துக்கொண்டிருக்கும் சிறுமி ஒருத்திக்கு வீதியால் வரும் பச்சை நிறச்சேலை உடுத்திய பெண், தாய் போலவே புலக்காட்சிக்கு உட்படுவார்.

☺ *உளப்பாங்கும் விழுமியமும்*

- ஒருவரை நல்லவராகக் கருதியிருந்தால் அவரது செயல் நல்லதாகத் தோன்றும். தீயவராகக் கருதினால் அவரது செயல் பிழையாகத் தோன்றும்.
- ஒரு மாணவனும் ஒரு மாணவியும் நட்புடன் பழகுவதைத் தவறாக நோக்கினால் அது தவறான புலக்காட்சியையே உருவாக்கும்.
- ஆசிரியர் கதிரையில் வேறொருவர் இருக்கக்கூடாது எனும் விழுமியத்தைக் கொண்ட மாணவன் அக்கதிரையில் வேறொருவர் இருக்கின்ற போது அவரைப் பற்றிய தவறான புலக்காட்சியையே பெறுவான்.

PDF Reducer Demo

☺ *தேவைகள்*- பசியாயிருக்கும் மாணவனுக்கு ஒரு பொதியைக் கண்டால் அப்பொதி உணவுப் பொதியாகவே தெரியும்.

☺ *கருத்தேற்றம்* - ஒரு ஆசிரியரை நல்லவர் எனக் கருதியிருந்தால் அவர் சொல்பவை சிறந்தவையாகவே இருக்கும் என எண்ணுவர்.

☺ சமூக நியமம் - தாழ்த்தப்பட்ட சாதியில் உள்ள ஒருவர் வழங்கும் உணவை, உயர்த்தப்பட்ட சாதியில் உள்ள ஒருவர் தொற்றுள்ள உணவு போல எண்ணுதல்.

செயற்பாடு

விவாத அரங்கு

தலைப்பு: எமது புலக்காட்சிகள் எப்போதும் சரியானதாக "இருக்கும்" "இராது" இரு குழுக்களாகப் பிரிந்து விவாதத்தினை மேற்கொள்ளலாம்.

☺ பயிலுநர்கள் தமது அபிப்பிராயங்களை வெளிப்படுத்திப் பெற்ற கருத்துக்களை வைத்து இறுதியில் முடிவுகளுக்கு வரலாம்.

☺ புற, அகக் காரணிகள் இரண்டும் புலக்காட்சிக்குத் தேவையானவை எனும் முடிவுக்கு வரலாம்.

3.5 நுண்ணறிவு

- *நுண்ணறிவு என்றால் என்ன?*
- *நுண்ணறிவின் வகைகள் எவை?*

நுண்ணறிவானது மூன்றாக வகைப்படுத்தப்படுகின்றது.

→ **திறந்த நுண்ணறிவு:- குறியீடுகளை அல்லது கருத்துகளைக் கையாளும் திறன், சிந்தனையில் ஈடுபடும் தன்மை, விடயங்களை அறிந்து கொள்ளும் திறமை ஆகியவை இதனுள் அடங்கும்.**

→ **பொறிமுறைசார் நுண்ணறிவு:- பொருள்கள், கருவிகளை நுட்பமாகக் கையாளும் திறமை இதனுள் அடங்கும்.**

→ **சமூகம்சார் நுண்ணறிவு:- சமூகத்தில் ஏனையவர்களுடன் பொருத்தப்பாட்டுடன் வாழுவதற்கான திறமை இதுவாகும்.**

நுண்ணறிவு எனும் பதத்தினையே நுண்மதி, விவேகம், உளத்திறன், உள ஆற்றல் என்பனவும் குறித்து நிற்கின்றன.

பிள்ளைகளின் யதார்த்த அறிவை உள்வாங்கும் திறன், அண்மைக்கால அல்லது நீண்டகால நிகழ்வுகளை ஞாபகப்படுத்திக் கொள்ளும் தகைமை, தர்க்க ரீதியாக ஆராய்ந்து சிறந்த தீர்ப்புகளுக்கு வரும் ஆற்றல், பகுத்துத் தொகுத்து ஆராயும் தன்மை போன்றவற்றின் ஒருங்கிணைப்பே நுண்ணறிவு எனக்கொள்ளப் படுகின்றது.

PDF Reducer Demo

பொதுவாகக்கூறின் பிரச்சினைகளை எதிர்கொள்ளும் ஆற்றலே நுண்ணறிவு எனக் கொள்ளலாம். நுண்ணறிவானது பிள்ளைகள் சூழலுடன் இசைந்து

விவேகக் குறைபாடு உருவாவதற்கான காரணிகள்

☺ *கருத்தரித்துள்ள போது*
- பரம்பரை அலகுகளின் குறைபாடு
- தாயின் வயது நாற்பதுக்கு மேலாக இருத்தல்
- தாய் மிக மோசமான நோய்க்கு ஆளாகியிருத்தல் அல்லது போசாக்குக் குறைபாட்டைக் கொண்டிருத்தல்.

☺ *பிரசவம் நடைபெறும் போது*
- சிக்கலான பிரசவம்
- குழந்தை பிறந்தவுடன் (சுவாசிக்க) அழப்பிந்துதல்
- பிறக்கும் போது குழந்தைக்கு தலைக்காயங்கள் ஏற்படல்

☺ *குழந்தையாக இருக்கும் போது*
- மூளைக்காய்ச்சல், மூளைமலேரியா
- தலையில் பலத்த காயம் ஏற்படுதல்
- போசாக்கு குறைபாடு
- பிள்ளைவளரும் சூழலில் போதிய தூண்டலின்மை

வாழ்வதற்கும், மாற்றங்களுக்கு ஏற்றவாறு நடத்தைகளை மாற்றிக் கொள்ளவதற்கும், சமூகத் தொடர்பாடலுக்கும் பயன்படுகின்றது.

நுண்ணறிவைத் தீர்மானிப்பதில் பரம்பரைக் காரணிகளும், சூழற்காரணிகளும் பங்குவகிக்கின்றன. அதாவது பிறப்பிலேயே மூளை வளர்ச்சியில் ஏற்படும் பின்னடைவு பரம்பரையால் தீர்மானிக்கப்படலாம். மாறாகப் பிறப்பின் பின்னர் சூழலில் கிடைக்கின்ற வசதி வாய்ப்புகளுக்கேற்ப நுண்ணறிவை விருத்தி செய்யும் சந்தர்ப்பங்களும் உள்ளன.

நுண்ணறிவில் பரம்பரையால் வருகின்ற பாதிப்புக்களை சூழற் காரணிகளால் சரிசெய்ய முடியுமா?

> நுண்ணறிவானது பின்வரும் சமன்பாட்டின் மூலம் கணிக்கப்படும்.
>
> $$\text{நுண்ணறிவு ஈவு} = \frac{\text{உளவயது}}{\text{காலவயது}} \times 100\%$$
>
> சராசரி நுண்ணறிவு ஈவு 100% எனக் கொள்ளப்படும்.

நுண்ணறிவை வளர்த்து மேம்படுத்துவதற்கு, அறியும் ஆர்வத்தைத் தூண்டும் வகையில் ஆசிரியர் கற்பித்தல் நன்று. புதிய விடயங்களை அறிமுகப்படுத்தி, தெரிந்த அம்சங்களுடன் தொடர்புபடுத்தி உற்சாகத்துடன் கற்பிக்கும் பொழுது நுண்ணறிவு விருத்தி அடையும். மாறாக, பழைய பாடங்களைத் திரும்பத் திரும்ப பாடமாக்கச் செய்தல், "நோட்ஸ்" கொடுத்து அதையே பரீட்சித்தல், நுண்ணறிவை ஒடுக்கிவிடும்.

3.5.1 விவேகக் குறைபாடு

நாளாந்த வாழ்க்கைத் தேவைகளையும் பிரச்சினைகளையும் சமாளிக்க முடியாமல் சிரமப்படுவோரே விவேகக் குறைபாடுடைய பிள்ளைகளாவர். இப்பிள்ளைகளின் நுண்ணறிவு 70%ற்கும் குறைவாகக் காணப்படும். இக்குறைபாடு உடல், உளக்காரணிகளாலும், போசாக்குக் குறைபாடுகளாலும், சூழற்காரணி களாலும் ஏற்படலாம் (பெட்டகத்தைப் பார்க்கவும்).

> ☆ பொதுவாக எல்லா மாணவர்களிலும் 2.5%மான மாணவர்கள் விவேகக் குறைபாடு உள்ளவர்களாகக் காணப்படுகின்றார்கள். இவ்வாறு விவேகக் குறைபாடுள்ள மாணவர்களில் 85%மான மாணவர்கள் மிதமான விவேகக் குறைபாடுள்ளவர்களாகக் காணப்படுகின்றனர். மிகுதி 15%மான மாணவர்கள் கடுமையான விவேகக் குறைபாடு உள்ளவர்களாகக் காணப்படுவர்.

இவர்களில் பெரும்பாலானோர் அதாவது 85 வீதமானோர் மிதமான விவேகக் குறைபாடுடையவர்களாகக் காணப்படுவர். அவர்கள் தம்மைக் கவனிக்கக் கூடியவர்களாகவும், பயிற்சி மூலம் வேலைகளைச் செய்யக்கூடியவர்களாகவும், எழுத, வாசிக்கக் கற்றுக் கொள்ளக் கூடியவர்களாகவும் பாடசாலை செல்லக்கூடியவர்களாகவும் இருப்பர். இவர்களின் முக, உடல் அமைப்புகள் மற்றைய மாணவர்களைப் போன்றே இருக்கும்.

பொரும்பாலும் குடும்ப, சமூக, கலாசார சூழற்காரணிகளே இவர்களின் குறைபாட்டிற்குக் காரணமாக அமைகின்றது. உதாரணமாக, குழந்தைப் பருவத்தில்

> செயற்பாடு
>
> உளவயது காலவயது என்பவற்றை எவ்வாறு கணிப்பிடலாம் என்பதைப் பயிலுநர்கள் ஆராயலாம்.
>
> உளவயது - ஒழுங்கமைக்கப்பட்ட பயிற்சிவினாக்களை வழங்கி ஒருவரின் உளவயது எத்தனை எனக் கண்டறியலாம்.
>
> காலவயது - ஒருவரது பிறந்த ஆண்டைக் கொண்டு கணிப்பிடலாம்.
>
> இவற்றின் மூலம் நுண்மதி ஈவைக் கணிப்பிடலாம்.
>
> உதாரணமாக 10 வயதுப்பிள்ளை ஒன்று 5 வயதுப்பிள்ளைக்குரிய ஆற்றல்களை மட்டும் (கதைத்தல், வாசித்தல், எழுதுதல்) வைத்திருந்தால் அவரின் நுண்ணறிவு வருமாறு
>
> நுண்ணறிவு: $\frac{5}{10} \times 100 = 50\%$
>
> இதே போல் கூடிய மீத்திறன் உள்ள பிள்ளை ஒன்றின் வயது 10 ஆகும் இப்பிள்ளை 15 வயதுப்பிள்ளைக் குரிய ஆற்றல்களை வைத்திருந்தால் அவரின் நுண்ணறிவு வருமாறு
>
> நுண்ணறிவு: $\frac{15}{10} \times 100 = 150\%$

கற்றலுக்கான போதிய அனுபவங்களும் வாய்ப்புகளும் கிடையாமை, கற்றலை ஊக்குவிக்கும் குடும்பச்சூழல் இன்மை போன்றவற்றைக் குறிப்பிடலாம்.

மிதமான விவேகக் குறைபாடுள்ளவர்கள் மீது ஆரம்பத்திலேயே விசேட கவனம் செலுத்துவதன் மூலமும், கல்விசார்ந்த விளையாட்டுகள் மூலமும் இவர்களின் நுண்ணறிவை ஓரளவிற்கு அதிகரிக்க முடியும். வகுப்பறையில் இவர்களை ஆசிரியர்களின் அதிகமான கவனத்தின்கீழ் கையாளலாம். மாறாக, இவர்களைக் கவனிக்காதுவிடின் இவர்கள் சமூகத்திற்குப் பிரச்சினையானவர்களாக மாறலாம்.

விவேகக் குறைபாடுள்ளவர்களில் மிகுதியான 15%மானவர்கள் கடுமையான விவேகக் குறைபாடுள்ளவர்களாக இருப்பர். இவர்களின் நுண்ணறிவு 50%இலும் குறைவாக இருக்கும். இப்பிள்ளைகளை குழந்தைகளைக் கவனிப்பது போலவே கவனிக்க வேண்டியிருக்கும். நடுத்தர விவேகக் குறைபாடுடையவர்களை விசேடமாக ஒழுங்கமைக்கப்பட்ட பாடசாலைகளின் மூலம் நாளாந்த வாழ்க்கையின் அடிப்படைத் தேவைகளைப் பூர்த்திசெய்யவும், சுயமாக இயங்கவும் பயிற்றுவிக்கலாம்.

உ+ம் : யாழ்ப்பாணம், உடுவிலிலுள்ள "Ark" நிறுவனம்

செயற்பாடு

தரம் 6 வகுப்பறை ஒன்றினுள் ஆசிரியர் ஒருவர் பாடம் படிப்பித்துக் கொண்டிருக்கும் போது ஒரு மாணவன் பாட வேலையை எழுதுவதற்குப் பதிலாகத் தனக்குத் தெரிந்த வகையில் வேறு சில சொற்களை எழுதிக் கொண்டிருந்தான். அத்துடன் அம்மாணவன் மற்றைய மாணவர்களையும் தன் பக்கம் கவன ஈர்ப்புச் செய்து கொண்டிருந்தான். ஆசிரியர் அம்மாணவனை இனங்கண்டு தண்டித்தார்.

பின்னர் அடுத்த பாடத்திற்கு வந்த ஆசிரியர் உளவளத்துணை சம்பந்தமான பயிற்சியைப் பெற்றவராக இருந்தார். நீங்கள் தான் அந்த உளவளத்துணை ஆசிரியர் எனக்கொண்டு இவ்விடயத்தை எவ்வாறு கையாளுவீர் என விபரிக்குக. சில பயிலுனர்கள் இதனை விபரிக்கலாம். விடயங்களை முழுவகுப்பு நிலையில் கலந்துரையாடி விட்டு முடிவுகள் எய்தப்படலாம்.

3.6 ஞாபகம்

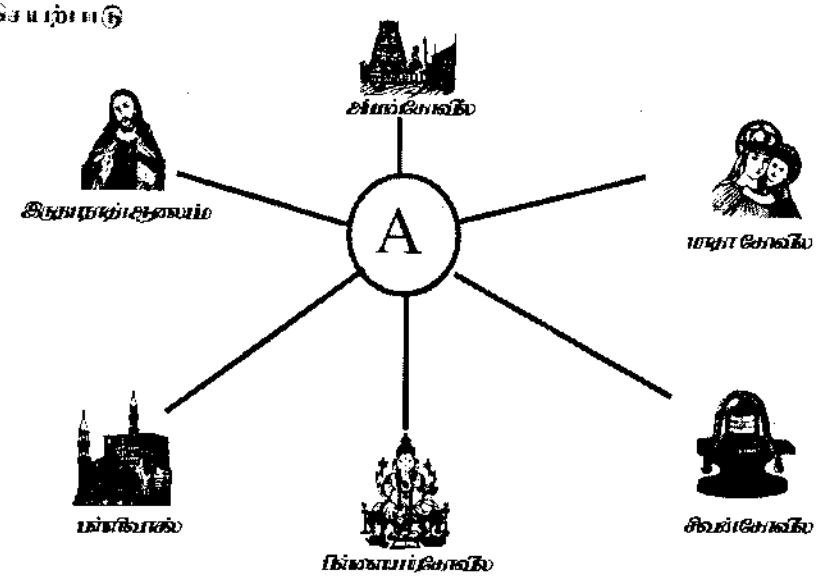
- *ஞாபகம் எனப்படுவது யாது?*
- *மறதி எவ்வாறு உருவாகின்றது?*

ஞாபகம் என்பதை நினைவில் நிறுத்துதல் எனவும் குறிப்பிடலாம். பிள்ளைகளின் ஞாபகத்தினை ஆசிரியர்கள் பின்வரும் மூன்று அடிப்படைகளாக நோக்கலாம். அவை தகவல்களை உள்வாங்குதல், தகவல்களைச் சேமித்தல், தகவல்களை மீள நினைவுபடுத்தல் என்றவாறு அமையும்.

மாணவன் ஒருவன் பாடவிடயங்களை உள்வாங்கும் பொழுது, புலக்காட்சி, மாணவனின் இயல்புகள், பாடவிடயத்தின் ஒழுங்கமைப்பு, வகுப்பறைச்சூழல், மாணவனின் கவன வீச்சு, பாடப் பொருள், கற்கும் முறை போன்றன அதில் பங்களிப்புச் செய்கின்றன.

உள்வாங்கிய பாடவிடயங்களைச் சேமித்து வைத்திருத்தலானது மாணவனினது நினைவாற்றலுடன் தொடர்புடையது. உள்வாங்கலை மேம்படுத்துவதற்குக் கற்றலின்போது குறுக்கீடுகளைத் தவிர்த்தல் வேண்டும். சேமித்து வைப்பதற்கு, மாணவனின் இயல்புக்கு ஏற்ற கற்றல் வேகம் இருப்பது நல்ல விளைவைத் தரும். கற்கும் விடயம் மாணவனுக்கு அர்த்தமுள்ளதாகவும், வேறு விடயங்களுடன் தொடர்புடையதாகவும் இருத்தல் அந்த விடயத்தை மனதில் ஆழமாகப் பதிய வைக்கும். ஆகவே ஆசிரியர்களும் கற்றலை அர்த்தம் உள்ளதாகவும், மற்றையவையுடன் தொடர்பானதாகவும் அமைக்க முயற்சி செய்தல் நன்று. சேமித்தல் சிறப்பாக நடப்பதற்கு அந்த விடயத்திற்கு ஏற்ற நல்ல பயிற்சிகளையும் இடையிடையே மீட்டலையும் செய்தல் பொருத்தமாகும். அத்துடன் உடல், உள ஆரோக்கியமும் ஞாபக சக்தியில் செல்வாக்குச் செலுத்துகின்றது.

செயற்பாடு



A யில் பயிலுநர்களை நிறுத்தி மேற்குறிப்பிட்ட இடங்களையும் அதன் பெயர்களையும் கூறி விளக்கியபின், இன்னொருவரின் கட்டளைக்கு ஏற்பக் கூறப்படும் இடங்களுக்குச் (உதாரணமாக, பள்ளிவாசலுக்குச் செல்லுங்கள்) சரியாகச் சென்றடைய வழிப்படுத்தலாம்.

முடிவாக இடங்களை ஞாபகத்தில் வைத்துச் சரியான இடங்களுக்குச் சென்றவரின் குறுங்கால ஞாபகம் சிறப்பானது என எடுத்துக்கொள்ளலாம்.

சரியான ஒழுங்கில் சேமிக்கப்பட்ட பாடவிடயங்கள், மீள நினைவுபடுத்தலுக்கு இலகுவானவையாக இருக்கும். சேமிப்பின் பொழுது வேறு விடயங்களுடன் தொடர்பு ஏற்பட்டிருந்தால், அந்த விடயங்களை நினைவூட்டுவதன் மூலம் சேமித்த விடயத்தை ஞாபகப்படுத்தலாம். ஆகவே கற்பித்தலும் அவ்வாறு அமையவேண்டும்.

ஞாபகம் இரு வகைப்படும்.

☺ *குறுங்கால ஞாபகம்* :- இது உடனடித் தேவைகளுக்குப் பயன்படுகின்றது.

☺ *நீண்டகால ஞாபகம்* :- நீண்டகாலத் தேவைகளுக்குப் பயன்படுகின்றது.

குறுங்கால ஞாபகத்தை மாணவன் ஒருவன் நீண்டகால ஞாபகமாக மாற்றிக் கொள்வதற்கு ஆசிரியர் பாடவிடயத்தை அர்த்தமுள்ள வகையில் அவனுக்குப் புரிய வைத்தல் வேண்டும். மேலும், மாணவனிடம் உள்ள முன்கற்ற விடயங்களுடன் தொடர்புபடுத்திப் பாடவிடயங்களைக் கொடுக்க வேண்டும்.

பொதுவாக நாங்கள் சோதனைக்குப் படிக்கும் பொழுது ஒரு விடயத்தை மீண்டும் மீண்டும் மனனஞ் செய்வது வழக்கம். ஆயினும் முன்கூறியவாறு கற்றல் அர்த்தம் உள்ளதாகவும், தொடர்புடையதாகவும் அமைந்தால் மனனஞ் செய்வது தேவைப்படாது. ஏனெனில் அந்த விடயம் மனதில் நிரந்தரமாகப் பதிந்துவிடும்.

பாடவிடயத்தை மகிழ்ச்சியுடன் கொடுத்தலும், முக்கியப்படுத்தி விளங்கப் படுத்துதலும் மாணவர்களுக்கு நீண்டகால ஞாபகம் ஏற்படுவதை இலகுபடுத்தும்.

செயற்பாடு

கமலா பாடசாலை விட்டு வந்து வீட்டில் வேறு நிகழ்ச்சி காரணமாக உணர்ச்சிக் குழப்பமடைகிறாள். மறுநாள் பரீட்சைக்குச் செல்கிறாள்

சுகன்யா பாடசாலை விட்டு வந்து ஓய்வின் பின் மீட்டல் செய்கிறாள். மறுநாள் பரீட்சைக்கு செல்கிறாள்

இரு விடயங்களிலும் வரும் கமலா, சுகன்யா இருவரினதும் ஞாபகம் பற்றி பயிலுநர்களை ஆராய வழிப்படுத்தலாம்.

முடிவாக: கற்றல் → ஓய்வு → மீட்டல் → பரீட்சை என்ற ஒழுங்கு ஞாபகத்தை அதிகரிக்கும் என்ற கருத்தை அடைய பயிலுநர்களை வழிப்படுத்தலாம்.

ஞாபகசக்தியை அதிகரிப்பதற்கான சில வழிவகைகள்

- ☺ கற்றலுக்கு ஏற்றவாறான இடவசதி (இடையூறுகள், குறுக்கீடுகள் அற்ற), நேரவசதி, சூழல் வசதிகளை ஏற்படுத்தல்.
- ☺ கற்றலுக்குப் பொருத்தமான விருப்பம், மனப்பாங்கு, ஊக்கம், உந்தல் போன்ற உளச்சூழலை ஆசிரியர்கள் ஏற்படுத்தல்.
- ☺ ஞாபகத்தினை ஏற்படுத்தும் காரணிகளை இனங்கண்டு பயிற்றுவித்தல்.
- ☺ தொடர்ச்சியான நீண்ட நேரப் பயிற்சிமுறையைக் குறைத்து ஓய்வின்பின் பயிற்சி வழங்குதல்.
- ☺ நீண்ட விடயங்களை நினைவில் நிறுத்துவதற்குப் பகுதியான கற்றலை மேற்கொள்ளல்.
- ☺ கற்பிக்கும் விடயங்களை முன்கூட்டியே ஒழுங்கமைப்பில் வகுத்துக் கொடுத்தல்.
- ☺ பாடங்களுக்கு இடையே ஓய்வு, பாடஒழுங்கு என்பவற்றில் கவனம் செலுத்துதல்.
- ☺ கற்றலின் நடுவே பொருத்தமான வினாக்களின் மூலம் பாடமீட்டல் செய்தல்.

- கற்கும் விடயங்களை இலகுபடுத்தும் வகையிலும் விளங்கக்கூடிய வகையிலும் பொருத்தமான கற்பித்தலை ஒழுங்குபடுத்தல்.
- கற்றலின்போது மாணவர்களுக்குப் பொருத்தமான ஊக்குவிப்புகளை (பரிசு, பாராட்டு) வழங்குதல்.

3.7 கற்றல் இடர்ப்பாடுகள்

இன்றைய மாணவர்கள் பல்வேறுவிதமான கற்றல் இடர்ப்பாடுகளை அனுபவிக் கின்றார்கள். மாணவர்களின் உடலியல் காரணிகளாலும், உளசமூகக் காரணிகளாலும் பல கற்றல் இடர்ப்பாடுகள் தோன்றுகின்றன.

உடலியல் சார்ந்த காரணிகளாகத் தோல், கண், காது, வாய், மூக்கு போன்றவற்றில் ஏற்படும் குறைபாடுகள், நோய்கள், மரபுவழி வந்த குறைபாடுகள், போசாக்குக் குறைபாடுகள் என்பன அமைகின்றன.

உதாரணமாக, கேட்டல் அல்லது பார்வைக் குறைபாடு உடைய மாணவருக்குத் தகுந்த உதவி (கேட்டல் கருவி, மூக்குக் கண்ணாடி) கொடுக்கப்பட்டால் கற்றல் சுமுகமாக நடைபெறும். இவ்வாறு குறைபாடுகள் இனங்காணப்பட்டு உதவியளிக்கப்படாமல் போனால், மாணவன் விவேகக் குறைபாடு உடையவன் என்று தவறாகக் கருதப்படலாம். அவனின் கல்வியும் தொடர்ச்சியாகத் தடைப்படலாம்.

உளசமூகக் காரணிகளாக வறுமை, போர், இடப்பெயர்வுகள், குடும்பத் தகராறுகள், பெற்றோரின் மதுபோதைப் பழக்கங்கள், சுகவீனங்கள், சிறுவர் துஷ்பிரயோகங்கள், போன்றன அமைகின்றன. (இது பற்றிய மேலதிக விபரங்களை அலகு 7 இல் பார்க்கலாம்).

3.8 முடிவுரை

கற்கைச் செயற்பாடுகளுள்ளே கற்றல், எண்ணக்கரு, உந்தல், புலக்காட்சி, நுண்ணறிவு, ஞாபகம், கற்றல் இடர்ப்பாடுகள் என்பன முக்கியமானவை. பிள்ளைகளின் கற்றல் செயற்பாடுகளைச் சிறப்பாக்குவதற்கு ஆசிரியர்கள் அறிந்திருக்க வேண்டிய பின்வரும் விடயங்களை இவ்வலகின் மூலம் பார்த்திருக்கின்றோம்.

ψ பிள்ளைகள் பாடசாலைக்கு வரமுன்னமே வாழ்க்கைக்குத் தேவையான அடிப்படை அம்சங்களை அறிந்துகொண்டே வருகின்றனர். பாடசாலையில் அதனை அர்த்தத்துடன் தொடர்புபடுத்தி விருத்தி செய்கின்றனர்.

ψ ஒரு பொருள் பற்றிய சரியான எண்ணக்கரு உருவாக்கமானது பிள்ளைகளுடைய கற்றலிலே மிக முக்கியமானதாகும்.

ψ புலன்களினூடாகப் பெறப்படும் புலனுணர்ச்சிகளுக்கு மூளையினால் கொடுக்கப்படும் அர்த்தமே புலக்காட்சியாகும்.

ψ நாம் பிரச்சினைகளைச் சரியாகக் கையாண்டு சூழலுடன் இசைந்து வாழ்வதற்கும், மாற்றங்களுக்கு ஏற்றவாறு நடத்தைகளை மாற்றிக் கொள்வதற்கும் நுண்ணறிவு அத்தியாவசியமானதாகும்.

ψ ஞாபகசக்தியில் தகவல்களை உள்வாங்குதல், சேமித்தல், மீள நினைத்தல் என்பன உள்ளடங்குகின்றன.

ψ கற்றல் இடர்ப்பாடுகளை உடலியற் காரணிகளும் உளசமூகக் காரணிகளும் தீர்மானிக்கின்றன.

உறவுப்பரிமாற்றம் புதிது
உளப்பரிமாற்றமோ பெரிது
உருக்குலையா ஆளுமை
தந்திடும் ஆலயமிது.

PDF Reducer Demo

4

பாடசாலைச் சூழல்

- பாடசாலைச் சூழல் என்றால் என்ன?
- [illegible] தேவைகள் யாவை?
- ஒரு நல்ல ஆசிரியர் எவ்வாறான திறன்களைக் கொண்டிருத்தல் வேண்டும்?
- பிள்ளைகளின் கல்வி நடத்தையில் சாதகமான, பாதகமான பாதிப்புகளை ஏற்படுத்தும் பாடசாலை நிலைமைகள் எவை?

4.1 அறிமுகம்

PDF Reducer Demo

பிள்ளைகளின் வாழ்க்கையில் மிக முக்கியமான பங்கைப் பெற்றோர்கள் வகிக்கின்றபோதும் பிள்ளை வளரத்தொடங்கிப் பாடசாலை செல்லும்போது பாடசாலைச் சூழலின் செல்வாக்கு அதிகரிக்கிறது. பிள்ளைகள் பெற்றோரிடம் எதிர்பார்ப்பது போலவே ஆசிரியர்களிடமும் கூடியளவு உணர்வுபூர்வமான ஆதரவை வேண்டி நிற்பர்.

பிள்ளைகள் பாடசாலைக்கு வரத்தொடங்குகின்ற பொழுது அவர்களின் சமூகமயமாக்கல் அனுபவம் ஏற்கனவே வளர்ச்சியடைந்திருப்பினும் பாடசாலைச் சூழலானது மேலும் அவற்றை மெருகூட்டுவதில் முக்கிய பங்காற்றுகிறது. ஒரு குழந்தையானது தாயின் வயிற்றில் வளரும்போதே சூழலின் செல்வாக்கு அக்குழந்தையில் ஆதிக்கம் செலுத்துகிறது. குழந்தை வளர்கின்ற சூழ்நிலையானது பரம்பரை அலகுகளால் எழும் பண்புகளின் இயல்புகளை மாற்றியமைக்கும். ஒரு பிள்ளையின் வளர்ச்சிக்குப் பரம்பரை இயல்புகளும் அப்பிள்ளை வளர்கின்ற சூழலும் இன்றியமையாதவை.

பிள்ளையின் உளநல விருத்திக்கும், உளநல மேம்பாட்டிற்கும் பாடசாலைச் சூழல் பெரும்பங்காற்றி வருகிறது. சூழ்நிலையும் சமுதாயமும் பிள்ளைகளின் உளநலத்திற்கு உகந்ததாக அமையாதுவிடின் அவர்களது ஆரோக்கியமும் விருத்தியும் பாதிப்படையும். பிள்ளைகளின் வாழ்வில் அவர்களது எதிர்காலத்தினைத் திட்டமிடுவதில் பாடசாலைக் கல்வியே கணிசமானளவு செல்வாக்கைச் செலுத்துகின்றது. ஒரு பிள்ளை எத்தகைய குடும்பத்தில் இருந்து வந்ததாயினும் அதனிடம் உள்ள எல்லா ஆற்றல்களையும் வெளிக்கொண்டுவரவும், நற்பண்புகளை வளர்க்கவும் ஏற்ற சூழலைப் பாடசாலையே அதிகளவில் வழங்கி வருகிறது. எனவே ஆசிரியர் பாடசாலைச்சூழல் பற்றி அறிவதன் ஊடாகப் பிள்ளைகளின் வளர்ச்சியை மேலும் விருத்தி செய்யக்கூடியதாக உள்ளது.

பாடசாலைச்சூழல் என எவற்றைக் கருத்திற் கொள்வீர்கள்?

செயற்பாடு

- மாணவர்களின் பாடசாலைச் சூழலை ஒருகணம் மனதில் கற்பனை செய்யச் சொல்லலாம்.
- ஆசிரியர்களில் ஒருவரைப் பாடசாலைச்சூழல் தேவைகளை விற்கும் வியாபாரிப் பாத்திரத்தை ஏற்கச் சொல்லலாம்.
- ஏனைய ஆசிரியர்களை அவர்களது பாடசாலைச் சூழலில் இல்லாத ஒன்றை வியாபாரியிடம் விலை பேசி வாங்கச் செய்யலாம்.
- வாங்குபவரின் தேவைகளை அட்டையில் வரிசையாக எழுதிய பின்னர் விற்பதாகப் பாவனை செய்யலாம்.
- இந்த அட்டைகளை எல்லோரும் பார்க்கும் வண்ணம் காட்சிக்கு வைத்து, ஆசிரியர் தத்தம் பாடசாலைச்சூழலிற்குத் தேவையான அனைத்தையும் அறிய வழிப்படுத்தலாம்.

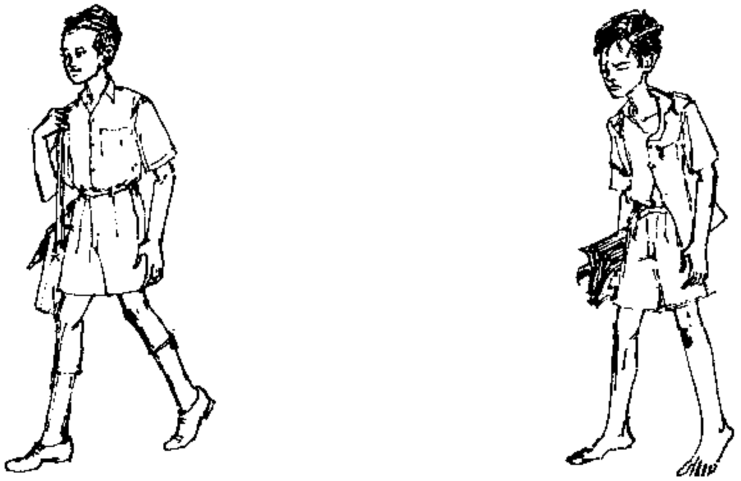
4.2 பாடசாலைச்சூழலின் முக்கியத்துவம்

- *பிள்ளைகளைப் பொறுத்தவரை பாடசாலைச்சூழலானது அவர்கட்கு எவ்வகையில் முக்கியத்துவம் வாய்ந்தது?*

பிள்ளையின் கற்றல் செயற்பாடுகளிலும் ஒழுக்கச் செயற்பாடுகளிலும் பாடசாலையின் உயிரியற் சூழலில் அடங்குபவையும் பௌதிகச் சூழலில் அடங்குபவையும் ஒருங்கிணைந்து செயற்பட்டுச் செல்வாக்குச் செலுத்துகின்றன.

4.2.1 உயிரியற் சூழல்

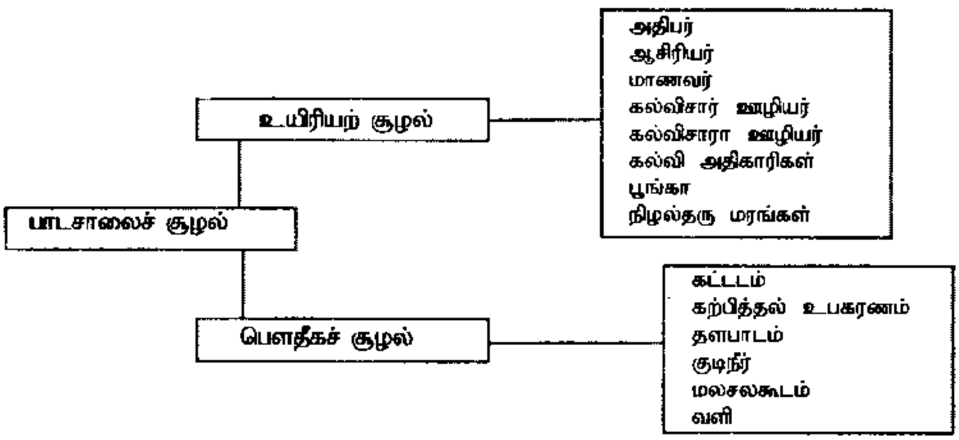
உயிரியற் சூழலில் அடங்குபவர்களாக அதிபர், ஆசிரியர், மாணவர், கல்விசார் ஊழியர்கள், கல்விசாரா ஊழியர்கள், கல்வி அதிகாரிகள், நிழல் தரும் மரங்கள், பூங்கா முதலியவற்றைக் குறிப்பிடலாம்.



செயற்பாடு

மேலே காட்டப்பட்டுள்ள இரு மாணவர்களையும் ஒப்பிட்டுப் பிள்ளையில் பாடசாலைச் சூழலின் செல்வாக்கினைப் பற்றி சிந்திக்க வைக்கலாம்.

இவர்களே பிள்ளைகளின் கல்விச்செயற்பாட்டை மேலும் வளர்த்தெடுப்பதில் பக்கபலமாகத் துணைபுரிபவர்கள். இவர்கள் பிள்ளைகளின் கல்விச் செயற்பாடுகளை வழிப்படுத்துவதுடன் மாணவர்களுக்கு இடையே ஒற்றுமை, சமத்துவம், சுமுகமான உறவு முதலியவற்றைப் பேணி, அவர்களது முன்னேற்றச் செயற்பாடுகளில் தம்மை ஈடுபடுத்துவர். பாடசாலை உயிரியற் சூழலில் அடங்குபவர்கள் மாணவர் மத்தியில் அதீத அதிகாரத்தினைச் செலுத்தி, அடக்குமுறையில் ஈடுபட்டு, சுமுகமான உறவினைப் பேணத் தவறுவார்களானால் அல்லது முழுதாகக் கவனயீனமாகவும், அசிரத்தையுடனும் இருந்தால், அது கட்டற்ற தீய பண்புகளை மாணவர் வளர்த்து



நிற்பதற்குத் துணைபுரியக்கூடும். இதேவேளை பாடசாலைக் கல்விச் செயற்பாட்டில் மாணவர் விருப்பிற்குப் பாத்திரமாக இவர்கள் செயற்படுவார்களாயின் அது ஆரோக்கியமான பாடசாலைச்சூழலை வளர்ப்பதுடன், உயர்ந்த கல்வி நிலையையும் மாணவர்கள் பெற்றுக்கொள்ள வழிவகுக்கும்.

உயிரியற் சூழலில் அடங்கும் பூங்கா, நிழல் தரும் மரங்கள் முதலியவையும் பிள்ளைகளின் கல்விச் செயற்பாட்டில் ஒரு இடத்தைப் பெறுகின்றது. பிள்ளைகள் தம் வீட்டுச் சூழலில் இருந்து பாடசாலைச் சூழலுக்குள் பிரவேசிக்கும் போது முற்றுமுழுதாகச் சூழல் மாறும் நிலை உருவாகலாம். எனினும் அவற்றைத் தவிர்த்து ஓரளவு சமசூழலைப் பேணுதல் நன்று. பிள்ளைகள் மகிழ்வாக உலாவக்கூடிய பூங்கா, தோட்டம், மரநிழல் முதலியன மாணவர் உள்ளங்களைப் புத்தூக்கச் செயற்பாடுகளில் ஈடுபடுத்தும். சில பாடசாலைகள் வரண்ட சூழலில் மரங்கள், பூங்கா இன்றிக் காணப்படுவதால் மாணவர் கல்விச்செயற்பாடுகளைத் திறம்பட நடத்த முடியாதுள்ளது. இவ்வாறான சூழலில் மாணவர்களது உடலும் உள்ளமும் களைப்படைந்துவிடும். ஏனெனில் கோடைகாலத்தில் அகோரமும், தூசும், மழைக்காலங்களில் புயலும் வீசுவதனால், அவற்றின் தாக்கத்தால் கற்றலும் பாதிப்படையலாம். பாடசாலைச்சூழலானது பசுமையாக, கவர்ச்சிமிக்கதாக, அழகுற அமைந்திருந்தால் மாணவர் உள்ளங்களும் மகிழ்ச்சிகரமாக அமைந்திருக்கும்.

4.2.2 பௌதிகச் சூழல்

4.2.2.1 கட்டடங்கள்

பிள்ளைகளின் வயதின் தன்மைக்கும் இயற்கைத் தன்மைக்கும் ஏற்ற பரிமாணமுள்ள சூழ்நிலையில் பிள்ளைகளது வகுப்பறைகள் அமைக்கப்படுதல் வேண்டும். ஆரோக்கியமான பாடசாலைச் சூழலில் கற்றல் தேவைகளுக்கேற்ப வகுப்பறைகள், தலைமைக் காரியாலயம், ஓய்வறை, நூலகம், ஆய்வுகூடம், செயற்பாட்டு அறைகள், கலையரங்கம், கேட்போர் கூடம், சிற்றுண்டிச்சாலை முதலியவை அமைந்திருக்கும். கட்டடங்கள் மாணவர் தேவைகளைப் பூர்த்திசெய்வதுடன் அமைதியான சூழலில் அமைந்திருப்பின் கற்றல் செயற்பாடுகள் சுமுகமாக வளர்ச்சி பெறும். எனினும் அனேகமான பாடசாலைகளில் அனைத்துக் கற்றல் வசதிகளுக்கும் ஏற்பக் கட்டடங்கள் அமைப்பதற்கான வசதிகள் காணப்படுவதில்லை.

இப்பாடசாலைகள் சூழலுக்கேற்ப இயைந்து கற்பித்தல் செயற்பாடுகளை பல்வேறு இன்னல்களுக்கு மத்தியில் நடாத்துகின்றன. ஆசிரியர்கள் ஓலைக் கொட்டில்களிலும் மரநிழல்களிலும் வகுப்பறைகளை நடத்தும் சூழ்நிலைக்கு ஆளாகின்றனர். எனினும் இவ்வாறான நிலைமைகளின் போதும், இருக்கின்ற சூழலை ஆக்கத்திறனுடன் வடிவமைத்து அதன் ஊடாகக் கற்றல் சூழலை மேம்படுத்தலாம். இது பாடசாலை உயிரியல் சூழலினருக்கு ஒரு ஆர்வமான சவாலாக இருக்கும்.

மேலும் இக்குறைபாடுகளை நிவர்த்தி செய்ய ஆசிரியர்கள், கல்வித் திணைக்களம், சமூக அமைப்புகள், பழைய மாணவர் போன்றோரிடம் தொடர்புகளை ஏற்படுத்தி முயற்சிகளை மேற்கொள்ளலாம்.

4.2.2.2 தளபாடம்

மாணவரது கல்வி வளர்ச்சியில் தளபாடமும் கவனிக்கப்படவேண்டிய ஒன்றே. மாணவர்களின் வயதிற்கும் வளர்ச்சிக்கும் தகுந்த அளவிலான கதிரை மேசைகளைப் பயன்படுத்துவது நல்லது. தேவைப்படும் பொழுது இலகுவாகத் தூக்கிச் செல்லக்கூடிய பாரமற்ற பொருள்களால் இவை அமைந்திருத்தல் நன்று. இவற்றைவிடப் பிள்ளைகளின் கற்றல் செயற்பாட்டிற்கேற்ப உபகரண அலுமாரி, ஆசிரியர் மேசை, கதிரை போன்ற தளபாடங்கள் இருத்தல் அவசியம். போர்க்காலச்சூழலில் இடிபாடுகளுக்கு உட்பட்ட பாடசாலைகளிலும், பின்தங்கிய பாடசாலைகளிலும் மாணவர்கள் தேவைக்கேற்பத் தளபாடங்கள் இருப்பதில்லை. ஆயினும் அதிபர், ஆசிரியர் சூழ்நிலைக்குத் தகுந்தமாதிரி பல்வேறு பொருள்களை தளபாடங்களாகப் பாவித்து வருவதைக் காண்கிறோம். இவ்வாறான தேவைகளைப் பூர்த்திசெய்யப் பாடசாலை அபிவிருத்திச் சங்கம், பழைய மாணவர் சங்கம் போன்றன ஓரளவு முன்வரவேண்டும். மேலும் அவர்கள் ஊடாகத் தனியார் நிறுவன, அரசசார்பற்ற நிறுவன உதவிகளுடன் பாடசாலைத் தளபாடங்களைப் பெற்றுக்கொள்ள உதவி செய்யலாம்.

4.2.2.3 கற்பித்தல் உபகரணம்

மாணவரது கற்றல் செயற்பாடுகளில் கற்பித்தல் உபகரணம் இன்றியமையாதது. கற்பித்தல் உபகரணங்களில் கரும்பலகை, வெண்கட்டி, எழுத்தட்டை, பட அட்டை, கைப்பணிப் பொருட்கள், கருவிகள் முதலான பலவும் அடங்கும். இவை பிள்ளைகளது கற்றல் செயற்பாடுகளை விருத்தி செய்கின்றன.

4.2.2.4 குடிநீர், மலசலகூடவசதி

மாணவர்களின் அத்தியாவசியத் தேவைகளைப் பூர்த்திசெய்யவதாகப் பாடசாலைச் சூழல் அமைதல் நன்று. மாணவர் கல்வி நிலையைப் பேணுவதுடன் அவர்களை நல்ல சுகாதாரப் பழக்கவழக்கங்களையும் கடைப்பிடிக்கச் செய்ய வேண்டும். இவ்வகையில் சுத்தமான குடிநீர், மலசலகூட வசதி மிகவும் அடிப்படையான தேவைகளாகும். இவ்வசதிகளை மாணவர்கள் எவ்வாறு பயன்படுத்த வேண்டும் என்பதையும் கற்பித்துக் கரிசனையுடன் மீள் வலியுறுத்தி அப் பழக்கங்களை அவர்களில் நிலைநிறுத்த வேண்டும். சில பாடசாலைகள் இவ் வசதிகள் இன்மையாலும், மாணவர்களின் சுகாதாரப் பழக்கவழக்கங்களில் கவனம் செலுத்தாமையாலும் சுகாதாரச் சீர்கேடுகளைத் தழுவிக்கொள்கின்றன.

4.2.2.5 விளையாட்டு மைதானம்

மாணவரின் உடல், உள ஆரோக்கியத்தைப் பேண விளையாட்டு மைதானம் உதவி செய்கின்றது. கற்றல் அவதானிப்பில் திளைத்த மூளைக்கு ஆறுதலும் புத்துணர்வும் கொடுப்பதில் விளையாட்டு பாரிய பங்கை ஆற்றுகிறது. சில பாடசாலைகளில் மைதானம் இன்மையால் (அதாவது நெருக்கடியான சூழலில் பாடசாலைகள் அமைதல் காரணமாக) மாணவர் பல்வேறு உளப்பாதிப்புகளுக்கு உள்ளாவதோடு, கற்றல் ஊக்கம் குறைந்தவர்களாகவும், திறன்களை வெளிப்படுத்த முடியாதவர்களாகவும் காணப்படுகிறார்கள். இன்றைய கற்பித்தற் செயற்பாடுகள் விளையாட்டுகளினூடாக நகர்த்தப்படுகின்றன. இவற்றிற்கு ஒழுங்கமைக்கப்பட்ட மைதானம் அல்லது விளையாட்டு முற்றம் அவசியம் என்பது சொல்லாமலே விளங்கும். சில பாடசாலைகள் தங்களுக்கு அருகில் உள்ள வெற்றுக் காணி ஒன்றினை (அனுமதி பெற்று) அவ்வப்போது மைதானமாகப் பாவிப்பதைக் காணலாம்.

4.2.2.6 வெளிச்சூழல்

பாடசாலைச் சூழலும், பாடசாலைக்கு வெளியே உள்ள சூழலும் கற்றலுக்கு உகந்ததாக அமைதியாகவும் ஆதரவாகவும் அமைதல் வேண்டும். உதாரணமாக, புறச் சூழலில் தொடர்ச்சியான சத்தமும் குழப்பமும் (சந்தை, நெடுஞ்சாலை) இருந்தால் சுமுகமான கற்பித்தல் தடைப்படும்.

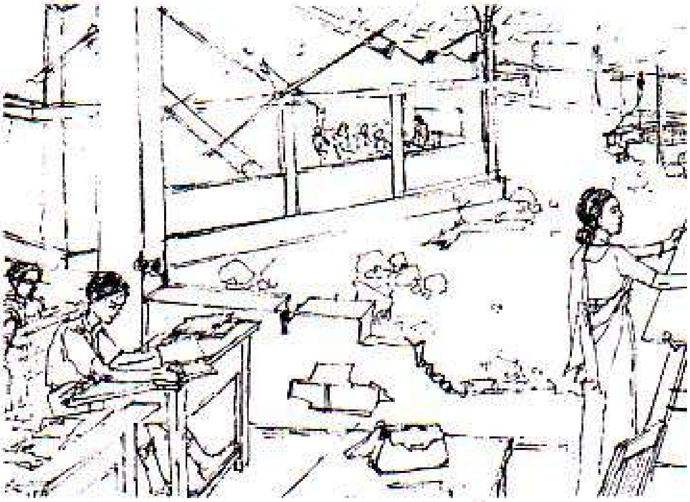
அதேபோலப் போர்ச்சூழல், பாதுகாப்பின்மை, அரசியல் நடவடிக்கைகள் போன்றவையும் ஒழுங்கான கற்றலைப் பாதிப்பதுடன் மாணவர்களின் வருகை, உற்சாகம், ஈடுபாடு முதலியவற்றையும் படிப்படியாகக் குறைக்கும். பாடசாலைச் சூழலில் கண்ணிவெடிகள் மற்றும் வெடிப்பொருட்கள் அகற்றப்படாமல் இருந்தால் அது தொடர்ந்து பிள்ளைகளை அச்சுறுத்தலாம். அவை மாணவர்களை அங்கவீனப்படுத்தக்கூடியவையாகவும் இருக்கும். மற்றும் சமூக விரோதச் செயற்பாடுகள், போதைவஸ்துப் பாவனை, மது விற்பனை போன்றவை பாடசாலைக்கு அருகில் இடம்பெறும் பொழுது, அவை இடைவேளையில் அல்லது பாடசாலை முடிந்த பின்னர் மாணவர்களைப் பிழையான திசையில் ஈர்த்துத் தீய பழக்கவழக்கங்களை ஏற்படுத்தக் கூடும்.

4.3 ஆரோக்கியமான பாடசாலையின் பண்புகள்

- *மறுபக்கத்தில் காட்சிப்படுத்தப்பட்டுள்ள பாடசாலைச்சூழல் கற்றல், கற்பித்தலுக்கு ஏற்புடையதா? இல்லையா? உங்கள் விடைக்கான காரணத்தைத் தருக.*

4.3.1 வகுப்பறைச் சூழல்

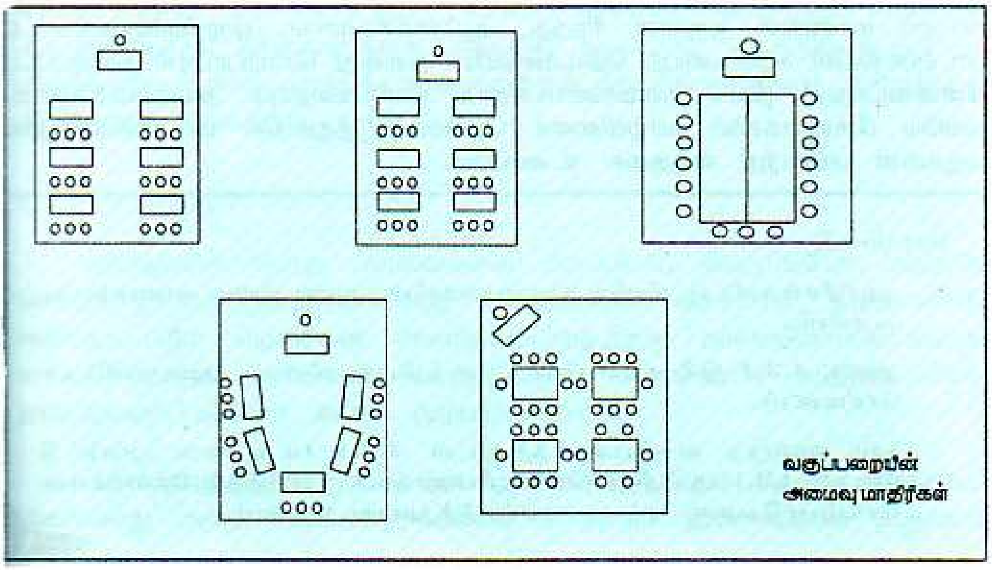
பாடசாலையில் உள்ள ஒவ்வொரு வகுப்பறையும் தூய்மையாகவும், ஒளி நிறைந்ததாகவும், காற்றோட்ட வசதி மிக்கதாகவும், அழகாகவும் இருத்தல் வேண்டும். தளபாடங்களை ஒழுங்கு செய்யும் பொழுது வகுப்பறையில் ஒரு பகுதியினை வெற்றிடமாகப் பேணலாம். ஏனெனில் மாணவர் உபகரணக்



கற்றல்களை வசதிக்கேற்பத் தரையிலோ அல்லது பாயிலோ அமர்ந்து பயன்படுத்த இது உதவியாக அமையும். தளபாடங்களையும் கற்பித்தல் உத்திகளுக்கேற்ப ஆசிரியர் மாற்றியமைக்கலாம். இவ்வாறு மாற்றியமைத்தல் ஊடாக மாணவரது அவதானிப்புத் திறனைப் பல்வேறு கோணங்களில் ஊக்குவிப்பதற்கு இவை உதவும். ஆகவே ஓர் ஆசிரியர் வகுப்பறையைக் கற்பித்தலுக்கான மேடையாகப் பாவனை செய்து, வசதி, தேவைக்கேற்ப உகந்த சூழலை உருவாக்க முயற்சித்தல் நல்ல பலனைத் தரும்.

PDF Reducer Demo

இவ்வாறு கற்றல் செயற்பாடுகளான குழுக்கற்றல், கலந்துரையாடல், கரும்பலகை உபயோகத்துடன் கூடிய பயிற்சி, வாசிப்பு, கைவேலை, கணனி உபயோகம் என்பவற்றிற்கு ஏற்பத் தளபாடங்களை மாற்றியமைத்துக் கற்பித்தலை நடாத்தலாம்.



வகுப்பறையின்
அமைவு மாதிரிகள்

4.3.2 வகுப்பறையின் புறச்சூழல்

செயற்பாடு

- பாடசாலைச்சூழலில் அடங்குபவை எவை என ஆசிரியர்களால் முன்பு கூறப்பட்ட விடயங்களைத் தாமே பாத்திரமேற்று நடிக்கத் தூண்டலாம்.
- உதாரணம் : நிழல் தரும் மரங்கள் (ஆசிரியர் நிழல் மரமாக)

  "நான் மாணவர் மத்தியில் நிறைந்த செல்வாக்கைப் பெற்றுள்ளேன். மாணவர் தேவைக்கேற்ப என் நிழலில் தமது கல்வியைக் கற்பார்கள். தளபாடங்களை என் நிழலில் பரப்பிக் கல்வி பயில்வார்கள், விளையாடுவார்கள். நான் அவர்களுக்குச் சுத்தமான காற்றினையும் குளிர்மையினையும் வழங்குவேன்".

பின்வரும் விடயங்கள் வகுப்பறையின் புறச்சூழலில் அமைந்திருப்பது நன்று.

- நிழல் தரும் மரங்கள்
- விளையாட்டு மைதானம் அல்லது விளையாட்டு முற்றம்
- பயன் தரும் பூச்சாடிகள், மூலிகைத்தோட்டம்
- சிறுவர் பூங்கா
- தொலைவில் மலசலகூடம்

ஆரோக்கியமான பாடசாலையின் வகுப்பறைச் சூழலானது மேற்படி விடயங்களைத் தன்னகத்தே கொண்டிருக்கும். நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த ஒழுக்கமான பிள்ளையாகப் பாடசாலை செல்லும் மாணவன் அப்பாடசாலைச்சூழலால் கெடுதலும் உண்டு. அத்தியாவசியத் தேவைகளைக்கூடப் பூர்த்திசெய்ய இயலாத பாடசாலைச்சூழலில் கற்கையைத் தொடரும் பிள்ளை, ஒழுக்கச் செயற்பாடுகளிலும் பின்னடைவைக் காட்டலாம். சிலவேளைகளில் பிறழ்வான குடும்பச் சூழலில் வாழும் மாணவன் ஒருவன் சிறந்த, ஆரோக்கியமான, ஒழுங்கமைக்கப்பட்ட பாடசாலையில் கற்கையைத் தொடர்கையில் அவனது செயற்பாட்டில் காணப்பட்ட பின்னடைவுகள் நீங்கி நல்மாணாக்கனாக மிளிர்வதையும் அவதானிக்கலாம். எனவே பிள்ளைகளின் வாழ்வினைச் செம்மைப்படுத்துவதில் பாடசாலைச்சூழல் வலுவான பங்காற்றி வருதலை உணரலாம்.

செயற்பாடு

- ஆசிரியர்களிடம் சிறந்த வகுப்பறையின் அமைவினை வரையும்படி கூறலாம்.
- அலகு 4.3.1 இல் காட்டப்பட்ட படத்தினை மீளவும் அவதானிக்கச் செய்யலாம்.
- தாம் வரைந்த வகுப்பறைச் சூழலுடன் 4.3.1 படத்தினை ஒப்பிட்டு நோக்கி 4.3.1 படத்திலுள்ள வகுப்பறையைச் சீர்படுத்தத் தேவையான செயற்பாடுகளை அட்டவணைப்படுத்துமாறு கூறலாம்.

4.4 ஆசிரியர் திறன்கள்

- *நல்லாசான் எவ்விதப் பண்புகளைக் கொண்டிருப்பான்?*

பிள்ளையின் உடல், உள வளர்ச்சிக்கேற்ற பக்குவமான கற்றல் உத்திகளை உரிய கல்வி உபகரணங்களுடன் கவர்ச்சிகரமாகப் போதிப்பதில் விழிப்புணர்ச்சியும் அவதானமும் உடையவர்களே சிறந்த ஆசிரியர்களாவார். ஆசிரியர்கள் தம்மிடம் உள்ள அறிவைப் பிள்ளைகளிடம் திணிக்காமல், அவர்களிடம் உள்ள ஆற்றல்களை விரிவடையச் செய்யும் வழிமுறைகளை மேற்கொள்வது நல்லது. பிள்ளைகளின் விருத்திசார் இயல்புகளுக்கேற்பக் கற்றல் தொழிற்பாட்டின் இயல்புகளும் கற்பித்தல் முறைகளும் அமைய வேண்டும். கற்பித்தல் உத்திகளை இலகுவாகவும், விளங்கக் கூடியதாகவும், பொருத்தமானதாகவும் மேற்கொள்ளுதல் ஆசிரியரது கடமையாகும்.

செயற்பாடு

ஆசிரியர் கீதத்தைப் பாடச் சொல்லலாம். அதிலிருக்கும் ஆசிரியரின் பண்புகளைப் பற்றிக் கலந்துரையாடலாம். ஆசிரியர் கீதத்தில் கூறப்பட்ட நற்பண்புகள் தம்மிடமும் உள்ளனவா என ஆராய வழிப்படுத்தலாம்.

4.4.1 அன்பு அரவணைப்பு

பிள்ளைகளின் நல்வாழ்விற்கான வளர்ச்சியையும் அபிவிருத்தியையும் மேம்படுத்துவதற்கு பக்கபலமாக இருப்பது ஆசிரியரது அன்பும் அரவணைப்பும்தான். பெற்றோரின் அன்பான பாதுகாப்பிற்குள் இருந்த பிள்ளைகள் மாற்றுச்சூழலான பாடசாலைச்சூழலில் அடியெடுத்து வைக்கும் பொழுது ஆசிரியரது ஆதரவு, அரவணைப்பை எதிர்பார்த்தே நடைபயில்வார்கள். ஆசிரியரது கற்பித்தல் செயற்பாடுகள் கரிசனையுடனும், மாணவர்களுக்குப் பொருத்தமானதாகவும், அமையும்போது, மாணவனுக்குக் கற்றலில் ஊக்கமும் ஈடுபாடும் உருவாகும். மாறாக, இவை கிடையாவிடில், மாணவனுக்குக் கற்றலில் வெறுப்பும் அசிரத்தையும் நிரந்தரமாக ஏற்படலாம்.

4.4.2 அதிகாரமும் கட்டுப்பாடும்

கற்பித்தலின் போது பிள்ளைகளை மிரட்டியோ, வெருட்டியோ, அடித்தோ செயற்பாடுகளை மேற்கொள்வது உகந்ததல்ல. அச்சமான சூழ்நிலையில் வளர்க்கப்படும் சிறுவர்கள் வெளித்தோற்றத்திற்கு அமைதியானவர்களாகக் காணப்பட்டாலும் அவர்கள் வளர்ந்துவரும் காலங்களில் கட்டுக்கடங்காது தான்தோன்றித்தனமாக நடக்க முற்படுவார்கள்.

பிள்ளைகளுக்கு கட்டுப்பாடு அவசியமானதே. ஆயினும் அதனை அவர்களிடம் திணிக்காது அதை அவர்களது விருப்புடன் ஏற்கும் தன்மையினை உருவாக்க

வேண்டும். அதீத அதிகாரத்துடன் செயற்படும் போது, அதனுடன் தொடர்புடைய அச்சம், வெறுப்பு ஆகிய உணர்வுகள் மாணவர் மனதில் படியத் தொடங்கும். கட்டுப்பாடு என்பது பிள்ளைகளுக்குப் போதித்து வருவதல்ல. அடக்குமுறையினால் திணிக்கப்படுவதும் அல்ல. மாறாக, மாணவர் தாமாகவே கற்றல் முயற்சிகளில் ஈடுபாடு கொண்டு விழிப்புணர்ச்சியுடன் பயிலும்போது சுயமாகவே கட்டுப்பாட்டையும் பயில்கிறார்கள். அச்சமூட்டி அடக்கி வைத்திருக்கும் சிறுவர் தாம் ஆதிக்கத்தில் இருந்து விடுபடும்போது கட்டுக்கடங்காது பொங்கி எழுவர். இது அவர்கள் ஆளுமை வளர்ச்சியையே பாதித்துவிடும், என்பதை ஆசிரியர் உணர்ந்து கொண்டு அதற்கேற்பக் கட்டுப்பாட்டைக் கையாளலாம்.

மேலும் சரீர தண்டனை குறுகியகாலப் பலனை மட்டுமே தரும். அதேவேளை, சரீர தண்டனை இன்றி மாணவரைக் கட்டுப்படுத்துவது ஒரு நல்லாசிரியரின் சாதுரியத்தையும் பண்பையும் காட்டும். கட்டுப்பாட்டை நிலைநாட்டத் தண்டனைகளை உபயோகிக்கலாம். ஆனால், அவை வன்முறை அற்றவையாக இருக்கட்டும். ஆசிரியர்கள் தமது வெறுப்பைக் காட்டுவது, உறுதியாகப் பேசுவது, கவனம் செலுத்தாமல் விடுவது, மாணவனைச் சிறிது நேரம் அவ்விடத்தில் இருந்து வெளியேற்றுவது, மற்றவர்களைப் போற்றுவது போன்றவற்றைத் தண்டனைகளாகச் செய்யலாம். முக்கியமாகப் பிள்ளைப் பருவத்தில் உறுதியான கட்டுக்கோப்பு, எல்லைகள் முதலியவற்றைத் தெளிவாக மாணவனுக்கு விளங்கச் செய்து அவற்றை எப்பொழுதும் பேணி வரச்செய்தல் நன்று.

4.4.3 தொடர்பாடல்

> "ஆசிரியர் வருகையை அறிந்த மாணவர் அமைதியாகின்றனர். பாடப்புத்தகத்தை விரித்து ஆசிரியர் கரும்பலகையில் பயிற்சிகளை எழுதுகிறார். மாணவர் அப்பியாசக் கொப்பியில் அவற்றை எழுதும்போது ஆசிரியர் தன் கணிப்பீட்டு வேலைகளைத் தொடங்குகிறார். பின் மணியடிக்கும் வேளை இரு மாணவரது அப்பியாசக் கொப்பிகள் மட்டும் திருத்தப்படுகின்றன.

- *இவ்வகுப்பறையில் காணப்படும் குறைபாடு யாது?*

மாணவர்கள் தொடர்பாடற்திறன் நிறைந்தவர்களாக வளர்ச்சி பெறவேண்டுமாயின் அதிபர், ஆசிரியர், மாணவர்களுக்கு இடையே சுமுகமான உறவு பேணப்பட வேண்டும். கண்டிப்பு, பயம், பதற்றம் இவற்றினை நீக்கி விருப்பு, சுய கட்டுப்பாடு, ஆர்வம், மகிழ்வு முதலிய பண்புகளை ஆசிரியர் வழிப்படுத்தலாம். அதிபர், ஆசிரியர்கள், மேலதிகாரிகள், சகமாணவர்களுடனான நல்லுறவுகளைப் பேணி சுமுகமான உறவுச்சூழலுக்கு மாணவரை வகுப்பாசிரியர் இட்டுச் செல்லலாம். இதன் மூலம் சிறந்த பண்புகளை வளர்த்துக் கொள்ளலாம். எல்லோருக்கும் இடையே புரிந்துணர்வை ஏற்படுத்துவதன் மூலம் அதிகாரத்துவம் நிறைந்த தொடர்பாடலை நீக்கலாம். அன்பான உறவுகளைக் கட்டியெழுப்புவதனூடாகப் பிள்ளைகளை நற்பிரஜைகளாக உருவாக்கலாம்.

10 வயதுடைய தரம் 5இல் கல்வி பயிலும் மாணவி வயிற்றுவலி, வயிற்றுக்குத்து முறைப்பாடுகளுடன் 2 தடவை போதனா வைத்தியசாலைக்கு அனுமதிக்கப்பட்டார். அங்கு அவருக்கான பரிசோதனைகளில் எதுவித நோய்களும் இனங்காணப்படாத நிலையில் உளநலப்பிரிவிற்கு அனுப்பிவைக்கப்பட்டார். அங்கு அவர் ஒரு உளவளத்துணையாளரைச் (உதவுபவரை) சந்தித்தார்.

உதவுபவர் :- வாங்கோ தங்கச்சி இருங்கோ, சொல்லுங்கோ

மாணவி :- எனக்குச் சரியான வயித்துக்குத்து – அடிக்கடி வலிக்கிறமாதிரி நோகுது.

உதவுபவர் :- வயித்துக்குத்து... அ...

மாணவி :- கொஞ்ச நாளா இப்பிடி இருக்கு

உதவுபவர் :- ஓம்... விளங்குது... வயித்துக்குத்து உங்களுக்குக் கஷ்டத்தைத் தருது... நீங்கள் படிக்கிறீங்களா?

மாணவி :- தரம் ஐந்து படிக்கிறன். ஸ்கொலசிப் வருது

உதவுபவர் :- ஸ்கொலசிப்பைப் பற்றி...

மாணவி :- இன்னும் மூண்டு மாதம் இருக்கு...

உதவுபவர் :- ம்...

மாணவி :- நான்தான் எங்கடை வகுப்பிலை நல்ல கெட்டிக்காரி

PDF Reducer Demo

உதவுபவர் :-நீங்க நல்ல கெட்டிக்காரி...

மாணவி :- எனக்குத் தமிழ் 97, சமயம் 90, ஆங்கிலம் 90

உதவுபவர் :- நீங்க நல்ல கெட்டிக்காரி... எண்டாலும்...

மாணவி :- எனக்குக் கணக்குக்குக் குறைவு... (அழுகிறார்)

உதவுபவர் :- (அழுவதற்கு நேரம் விட்டு) குறைவு எண்டால்...

மாணவி :- (தலை குனிந்தபடி) 84

உதவுபவர் :- அது நல்ல மாக்ஸ் எண்டு நான் நினைக்கிறன்.

மாணவி :- எங்கடை அக்காவையள் கணக்குக்கு 95க்கு மேலை எடுக்கிறவையள்.

உதவுபவர் :- அதனாலை...

மாணவி :- ரீச்சர் 70க்குக் குறைய எடுத்த எல்லாருக்கும் அடிச்சவ

உதவுபவர் :- உங்களுக்கு 84

மாணவி :- எனக்கும் அடிச்சவ... அக்காவைக்கும் அவதான் படிப்பிக்கிறவ. அக்காவை கூட மாக்ஸ் எடுச்சேக்கை நான் குறைவா எடுத்திட்டன் எண்டு அடிச்சவ.

உதவுபவர் :- ம்... எனக்கு விளங்குது... உங்களுக்கு அது சரியான கவலை.

மாணவி :- ரீச்சர் எல்லாருக்கும் முன்னாலை என்னைப் பேசிப்பேசி அடிச்சதை நினைக்க, எனக்குக் கணக்கு ரீச்சரையே பிடிக்கேல்லை.

உதவுபவர் :-உங்களுக்கு அந்தச் சம்பவம் ரீச்சரிலை ஒரு வெறுப்பை ஏற்படுத்திட்டுது...

இது இவ்வாறு தொடரும்)

4.4.4 நம்பிக்கை

ஒவ்வொரு பிள்ளையினது மனதிலும் நம்பிக்கையைக் கட்டியெழுப்புதல் ஆசிரியரது கடமைகளில் ஒன்றாகும். பல்வேறுபட்ட தனித்துவமான குணவியல்புகளையுடைய பிள்ளைகள் பாடசாலையில் கல்வியயில்கிறார்கள். ஒவ்வொரு பிள்ளையையும் ஆசிரியர் புரிந்து கொண்டு அவர்கள் குணத்திற்கு ஏற்ப அவர்களை வழிநடத்தலாம். மாணவரோடு உரையாடுதல் மூலமும், மென்மையாக, இரக்கமாக, ஆர்வமாக, கரிசனையுடன் பழகுதலூடாகவும் ஆசிரியர் மாணவர்களுக்கு இடையிலான தொடர்பு வலுப்பெறலாம்.

தம் செயற்பாடுகளுக்குப் பக்கபலமாகவும் பாதுகாப்பாகவும் ஆசிரியர் செயற்படுகிறார் என்பதைப் பிள்ளை உணர்வதனூடாக நம்பிக்கையைக் கட்டியெழுப்பலாம். உதாரணமாக, ஒரு பிள்ளை வழமையாக மகிழ்ச்சியுடன் பழகிய நிலையிலிருந்து திடீரெனக் கவலையுடன் ஒதுங்குவதையோ அல்லது சகமாணவருடன் முரட்டுத்தனத்துடன் செயற்படுவதையோ ஆசிரியர் அவதானிக் கலாம். இச்செயற்பாட்டிற்காக ஏனைய மாணவர் முன் வினாக்களைத் தொடுக்காமல் தனிப்பட்ட முறையில் அல்லது பாடசாலை முடிந்த பிற்பாடு அன்போடு அணுகி உரையாடலாம். இவ்வாறு செயற்படும் போது ஆசிரியர் தன் பிரச்சினையை வெளியே கூறமாட்டார் என்ற நம்பிக்கை பிள்ளையின் மனதில் வலுப்பெறும். பிள்ளைகளுடைய தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்ய ஆசிரியரால் ஓரளவேனும் இயலும் என்பதைப் பிள்ளை புரிந்துகொள்ளும் வகையில் நம்பிக்கையைக் கட்டியெழுப்புதல் உகந்தது.

பிள்ளைகளது சுபாவங்கள், திறன்கள் என்பவற்றை ஆசிரியர் நுணுக்கமாக அவதானித்துச் செயற்படுதலூடாக ஆசிரியர் எம்மைக் கவனிக்கிறார் என்ற எண்ணம் அவர்கள் மனதில் ஆழப்பதியும். அதனால் ஆசிரியரது வழிகாட்டலையும், கட்டுப்பாட்டையும் அவர்கள் விரும்பி ஏற்கத் தலைப்படுவார்கள்.

4.4.5 பாராட்டு

மாணவரது கற்றல் செயற்பாடுகள் திறமையாக அமைவதற்கு பாராட்டு அவசியமானது. நல்ல செயற்பாடுகளை ஊக்குவிக்கவும், பொருந்தாத செயற்பாடுகளைத் தடுத்து நன்னெறிப்படுத்தவும் ஆசிரியர் பாராட்டுகளைப் பயன்படுத்தலாம். பொதுவாக விரும்பத்தகாத செயற்பாடுகளைக் கவனிக்காமல் விடுவதன் மூலமும், விரும்பத்தக்க செயற்பாடுகளைப் பாராட்டி ஊக்குவிப்பதன் மூலமும் மாணவர்களின் நடத்தைகளில் விரும்பத்தக்க மாற்றங்களை ஏற்படுத்தலாம். பிள்ளைகளைத் தகாத வார்த்தைகளால் ஏசி அடித்துத் துன்புறுத்தாமல் அவர்களை அன்பாகத் திருத்த முயற்சிக்கலாம். எனினும் தண்டனைகள் வழங்குவதாக இருந்தால் அவற்றை வழங்கும்போது மிகுந்த கவனத்துடன் மாணவனது கற்றல் செயற்பாடுகள், மனநிலை என்பன பாதிக்காதவண்ணம், அதே நேரம் பிழைகளை உணரும் வகையில், வன்முறையற்ற தண்டனைகளை வழங்கலாம். பிள்ளைகளின் முயற்சி, சாதனைகளைப் பாராட்டுகையில் மேலும் அவர்கள் "*என்னால் இவற்றைப்*

தரம் 3 மாணவனால் வரையப்பட்ட ஓவியம் ஒன்றினைப் பார்வையிட்ட ஆசிரியர்...

ஆசிரியர்:- "ஆ கெட்டிக்காரன்"

பயனற்ற பாராட்டு:- கெட்டிக்காரன் என்று மட்டும் கூறும் போது மேலதிக சிந்தனைகள் அவன் மனதில் தோன்ற இடமளிக்கவில்லை.

*ஆசிரியர்:-*நீங்க வரஞ்ச படம் எனக்கு நன்றாகப் பிடிச்சிருக்கு. நல்ல அழகாயும், கருத்து நிறைஞ்சதாயும் இருக்கு.

பயனுள்ள பாராட்டு:- தன்னிடம் நல்ல ரசனை இருக்கிறது என்பதையும் தான் நன்றாக வரையக்கூடியவன் என்பதையும் மாணவன் உணர்வான்.

போலப் பலவற்றைச் செய்ய முடியும்" என்ற ஊக்கமும், தன்னம்பிக்கையும் பெறுவார்கள்.

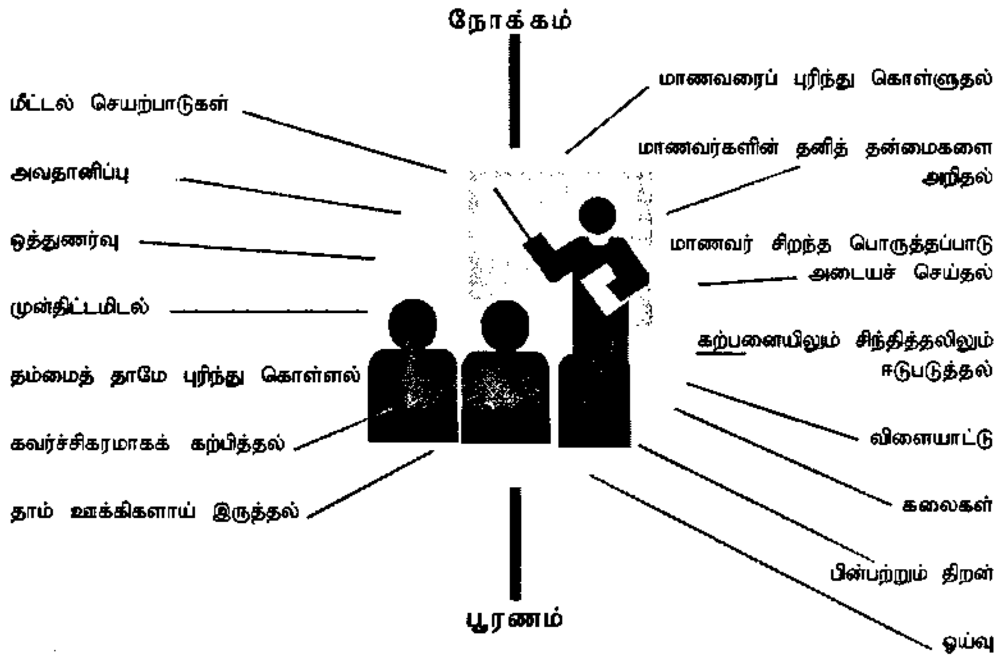
பிள்ளைகள் நல்லவற்றைச் செய்யும்போது பாராட்டுவது போல, தவறுகள் செய்யும போது பொருத்தமான தண்டனைகளை வழங்குவது மாத்திரமின்றி பின்பு தட்டிக்கொடுத்தலும் வழிகாட்டலும் அவசியம். ஆசிரியரின் செயற்பாடுகளில் நீண்டகாலத் தொடர்ச்சியும், உறுதியும் தேவைப்படுகின்றன.

பிள்ளைகளின் உளநலம் அச்சத்தாலும் பாதுகாப்பின்மையாலும் ஆதரவு, பாராட்டு இன்மையாலும் தாக்கப்படும்போது அவர்களுக்கு உடல், உளநோய்கள் உண்டாவதைக் காணலாம். மேலும் அவர்களின் ஆளுமையிலும் விருத்தியிலும் பிறழ்வுகள் உருவாகின்றன. எனவே பிள்ளைகளை அன்புடன் அரவணைத்துப் பாராட்டுடன் கூடிய கட்டுப்பாட்டுடன் வளர்க்கும் போது அவர்களது உளச் செயற்பாடுகள் ஆரோக்கியமாக விருத்தியடையும்.

4.5 கற்பித்தல் அணுகுமுறை

கற்பித்தலின் போது ஆசிரியர் மாணவரின் நலன்களிற்கு ஏற்றவகையில் கற்பித்தல் செயற்பாடுகளை முன்னெடுக்கலாம். கல்வியையும் நற்பண்புகளையும் அதிகாரத்தினாலும் அடக்குமுறைகளினாலும் கொடுத்தல் இயலாது என்பது நாம் அறிந்ததே. மாணவர்களுக்கு உகந்த வகையில் தயாரிக்கப்பட்ட சூழ்நிலையில், சுயேச்சையான இயல்புகளை ஊக்குவித்துக் கொண்டு கற்றல் செயற்பாடுகளை நடத்துதலே நல்லது.

கற்றல், கற்பித்தல் செயற்பாடுகளில் இருவழித்தொடர்பாடலை முதன்மைப் படுத்திக் கொள்வது நல்லது. இங்கே மாணவர்களும் கதைப்பவர்களாகவும் பங்குகொள்பவர்களாகவும் இருக்க வேண்டும். இவ்வாறான சூழலில் மாணவர்கள் வகுப்பறையில் சுறுசுறுப்பாக இயங்கிச் சுயேச்சையாகப் பயில்வார்கள். ஆசிரியர்கள் மாணவர்களது செயற்பாடுகளில் தேவையின்றித் தலையிடாமல் அவற்றை அவதானித்து நெறிப்படுத்தலாம். கற்பித்தலில் விரிவுரைகளைக் குறைத்து



குறைந்தளவு உரையுடன் அவர்களுடன் கலந்துரையாடியும், அந்தப் பாடத்திற்கும் வாழ்க்கைக்கும் உள்ள தொடர்புகளைப் பற்றி ஆராய்ந்தும், ஏனைய பாடங்களில் கற்றவையோடு ஒப்புநோக்கியும் செயற்பாடுகளை மேற்கொள்ளலாம். மாணவர்களை விடயங்களைப் பற்றி ஆராயவும், தகவல்களைத் தேடிக்கொள்ளவும் ஊக்குவிக்கலாம். தாம் கற்பது தமக்குத் "தேவையான ஒன்று", "பிரயோசனமான ஒன்று" என மாணவர்கள் எண்ணத் தொடங்குவார்களாயின் இயல்பாகவே கற்றலில் விருப்பம் தோன்றும்.

4.5.1 கற்பித்தல் துணைச் சாதனங்கள்

கற்பித்தல் செயற்பாடுகளில் கற்பித்தல் உபகரணங்களைச் சாதுரியமாக உபயோகிக்கப் பழகவேண்டும். கற்றலின் போது பிள்ளைகளின் விழிப்புணர்ச்சி, அவதானம், ஒப்புநோக்கு, பகுத்துணர்வு முதலியவற்றிற்கு அளிக்கப்படும் விசேட பயிற்சிகள் பிள்ளைகளின் மனவாற்றலை வலுவடையச் செய்கின்றன. கற்பித்தல் உபகரணங்களைத் தேர்ந்தெடுக்கும் போதும், அவற்றைக் கையாளும் போதும் மேற்குறிப்பிட்ட விடயங்களைக் கவனத்தில் கொள்வது அவசியம்.

4.5.2 விளையாட்டும் நுண்கலைகளும்

விளையாட்டிலும், நுண்கலைகளிலும் ஈடுபடுதல் எல்லாப் பிள்ளைகளிடமும் உள்ள பொது இயல்பாகும். பிள்ளைகள் குழுவாக விளையாடும் போது அவர்களிடம் உடல், அறிவுத்திறன், மனப்பாங்கு போன்றன சுதந்திரமாக விருத்தி அடைகின்றன.

இதனாலேயே கற்றலில் விளையாட்டு முறைகள் கூடுதலாகப் பாவிக்கப்படுகின்றன. பிள்ளைகளின் இசைவான முழுவளர்ச்சிக்கும் விளையாட்டு இன்றியமையாததாகும். பிள்ளைமையக் கல்வியின் பிரிக்கமுடியாத கூறாக விளையாட்டு இடம்பெறுகிறது. விளையாட்டாகக் கற்றல், விளையாட்டுடன் கற்றல், விளையாட்டினூடாகக் கற்றல் போன்றன மிகவும் வலுவுடைய கற்றல் முறைகளாக அமைந்திருக்கின்றன.

நுண்கலைகளும் மாணவர் கற்றல் செயற்பாட்டில் முக்கியத்துவம் பெறுகின்றன. ஆடல், பாடல், வரைதல், கதை சொல்லல், ஆக்கங்கள் தயாரித்தல், நடித்தல் முதலிய செயற்பாடுகள் பிள்ளைகளிடம் மிக இயல்பாக நடைபெறுகின்றன. இதனால் இவற்றைக் கற்றல் செயற்பாடுகளில் இணைக்கும் பொழுது மாணவர்களும் இவற்றை விரும்பி ஏற்கத் தலைப்படுவார்கள். பல விடயங்களை, அறிவுசார் தகவல்களை, ஆற்றல்களை, மனப்பாங்குகளைக் கலைகள் மூலம் மாணவருக்குப் புகட்டலாம். இங்கு ஆசிரியர் சகலகலா வல்லுநராகச் செயற்படுகின்றார். கற்றல் செயற்பாடுகள் கலைகள் ஊடாக நகர்த்தப்படுகின்ற பொழுதில் மாணவர்களது சுயஆற்றல் விருத்தியடைகிறது, கற்றலும் சுலபமாக நடைபெறுகின்றது.

செயற்பாடு

நோக்கம் : இந்தச் செயற்பாட்டின் மூலம் பயிலுநர் பல்வேறு ஓசைகளை அறிவதுடன் வித்தியாசமான ஓசைகளை எழுப்புவதற்கான புதிய புதிய கண்டுபிடிப்புகளிலும் ஈடுபடுவர்.

- பயிலுநர்களை 4 குழுக்களாக்கி 6 பேர் கொண்ட குழுவை வட்டமாக நிற்கச் செய்யலாம்.
- ஒரு பயிலுநரைத் தெரிந்து ஐந்துவிதமான ஒலிகளை எழுப்பும்படி கேட்கலாம்.
- ஒருவர் எழுப்பும் ஓசையை வேறொருவர் எழுப்பக்கூடாது எனக் கூறலாம்.
- பின்பு அவரைத் தெரிந்து ஏனைய பயிலுநர்களும் வரிசையாக ஒலிகளை எழுப்பத் தொடங்குவர்.

ஒலி எழுப்பும் விதம்

உதாரணம் I

"ஆ-ஆ-ஆ", "உர்ர்ர்", "வவ்வவ்வவ்", "மியாவ் மியாவ்", "ம்ஆ"

உதாரணம் II

கைதட்டல், நிலத்தில் ஒருகாலால் அடித்தல், தொடையில் அடித்தல், வயிற்றில் மெதுவாக அடித்தல்

உரை 1

யோகமலர் தரம் 3 வகுப்பாசிரியை. அவர் தன் வகுப்பறையினுள் புன்னகையுடன் நுழைந்தார். மாணவர்களது முதல் நாள் நிகழ்வுகளைப் பற்றி (பாடசாலை முடிந்தபின் வீட்டில் இடம்பெற்ற விடயங்கள் பற்றி) விசாரித்தார். அவ்வேளை ஒரு மாணவன் நேரம் தவறி வகுப்பறைக்குள் நுழைகிறான். அவனை நோக்கி "ஏன் இண்டைக்கு நீங்க பிந்தி வந்தீங்கள்" என வினவ, அவன் தன் தாய்க்குத் திடீர் சுகயீனம் ஏற்பட்டதாகவும், தந்தை அவரை வைத்தியசாலைக்குக் கூட்டிச் செல்வதற்கு உரிய ஆயத்தங்களைத் தானும் செய்துவிட்டு வந்ததாகவும் கூறுகிறான். வகுப்பாசிரியர் அவனை இருக்கையில் அமரச் சொல்லிய பின்னர் பாடப்புத்தகத்தை எடுத்து முதல்நாள் கற்றவற்றை நினைவுபடுத்தினார். தொடர்ந்து புதிய பாடம் பற்றிய தலையங்கத்தைக் கரும்பலகையில் எழுதிப் பாடத்தின் நோக்கம் பற்றி உரையாடல் மூலம் விளக்கமளித்தார். பின்னர் ஒரு மாணவனைப் பாடப்புத்தகத்தை வாசிக்க வழிப்படுத்தினார். ஒரு பந்தி முடிவுறுகையில் அதில் கூறப்பட்ட விடயங்களை வினாக்களாக வினவ, மாணவர்கள் பதில் கொடுத்தனர். மாணவர்களும் ஆசிரியரிடம் சில வினாக்களை வினவ, அவர் அன்போடு விளக்கமளித்தார். தொடர்ந்து அடுத்த பந்தி வாசிக்கப்பட்டு நிறைவுசெய்யப்பட்ட பின்னர், பயிற்சிகளுக்கான விளக்கம் கொடுத்து பயிற்சிகளைச் செய்யும்படி கூறினார். வகுப்பு முடிய, பிந்தி வருகை தந்த சிறுவனை மீளவும் அழைத்துத் தனிமையில் உரையாடினார். தாயின் உடல் நிலை பற்றி விசாரித்து மாணவனுக்கு ஆறுதல் கூறினார்.

PDF Reducer Demo

உரை 2

யோகமலர் தரம் 3 வகுப்பாசிரியை. அவர் தன் வகுப்பறையினுள் சிடுசிடுப்பு முகத்துடன் நுழைந்தார். மாணவர்களிடம் பயிற்சிக் கொப்பியை எடுக்கும்படி கூறினார். குறிப்பிட்ட பாடத்தின் பயிற்சிகளைச் செய்யும்படி கூறினார். அவ்வேளை ஒரு மாணவன் "ரீச்சர் மிச்சம் வாசிக்கேலை" என்றான். ஆசிரியர் "மிச்சத்தை வீட்டை வாசியுங்கோ என்று சொன்னனான் எல்லே" என்று ஏசினார். சிறிது நேரம் வகுப்பறை வாசலில் போய் நின்றார். விரைவாகச் செய்துமுடித்த மாணவரது பயிற்சிகளைச் சாவதானமாகத் திருத்தினார். இடையே நிமிர்ந்து மாணவரை நோக்குகையில் பின்வாங்கில் இருந்த மாணவன் நித்திரைத் தூக்கத்தில் சரிந்து கொண்டிருந்தான். அவனைக் கூப்பிட்டு "எருமை! இரவு களவுக்கே போனனீ!!" எனச் சத்தமாக ஏசி, அவன் பதில் கூறுமுன்பே அடிக்கத் தொடங்கினார். மாணவன் அழுதுகொண்டு இருப்பிடம் சென்றான். மணியடிக்கும் நேரம் நெருங்குவதை அவதானித்த பின் "எல்லோரும் ரவியின்ரை (திறமையாகச் செய்த மாணவனது) கொப்பியைப் பாத்துப் பயிற்சிக்கான விடையளை எழுதிவையுங்கோ" என்று கூறி வெளியேறினார்.

செயற்பாடு

பயிலுநர்கள் முதற்பக்கத்தில் வந்த இரு உரைப்பகுதிகளை ஒப்பிட்டு வாசித்து, கீழே கொடுக்கப்பட்ட வினாக்களுக்கு விடையளிப்பதன் மூலம் வகுப்பறைக் கற்பித்தல் இயல்புகளைப் பற்றி அறியச் செய்யலாம்.

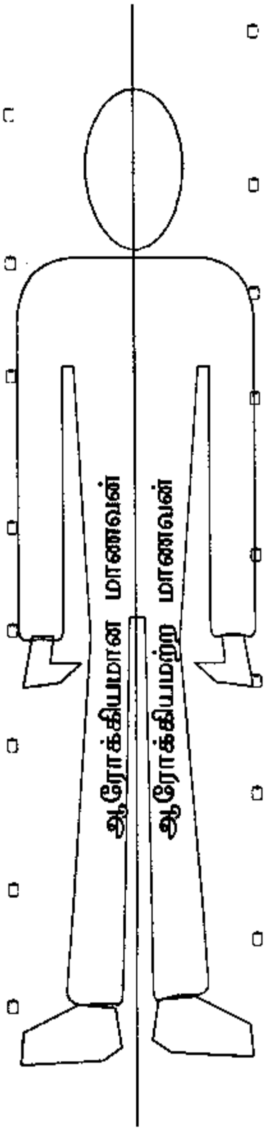
- மேற்படி வகுப்பறைக் கற்பித்தல் முறை சரியா?
- இங்கு உபயோகிக்கப்பட்ட கற்பித்தல் உபகரணங்கள் எவை?
- கருத்தாடலில் தொழிற்பட்டவர்கள் யாவர்?
- ஆசிரியர் பற்றியும் மாணவர் செயற்பாடு பற்றியும் உமது கருத்து யாது?
- ஆசிரிய மாணவ உறவு எவ்வாறு இருந்தது?

4.6 மாணவர் செயற்பாடு

இன்றைய சிறார்களே நாளைய தலைவர்களாக உதிக்கவுள்ளனர். எனவே பிள்ளைகளின் உடல், உள, சமூக, ஆத்மீக மேம்படுத்தல்களை உரியமுறையில், "காலமறிந்து பயிர்செய்" என்பதற்கிணங்க அவர்களது வளர்ச்சிப் பருவங்களில் வழங்க வேண்டும். இன்னொரு வகையில் சொல்வதானால், பிள்ளைகளது எதிர்காலம் அவர்களின் ஆரம்பப் பருவ வளர்ச்சிகளின் உன்னத செயற்பாடுகளிலேயே தங்கியுள்ளது. எனவே ஆசிரியர்கள் பிள்ளைகளது உளநலம், வளர்ச்சி, விருத்திகள் என்பவற்றை (அலகுகள் 1, 2 ஐப் பார்க்க) நுணுக்கமாக அறிந்து, அதற்கேற்பக் கற்றல் கற்பித்தல் செயற்பாடுகளை வழிப்படுத்தலாம்.

பொதுவாகப் பிள்ளைகள் தம்மை விரிவடையச் செய்கின்ற வசீகர ஆளுமைத் தன்மை உடையவர்கள். பிள்ளைகளின் உளவளர்ச்சிக்கேற்பத் தேவைகளையும் பாதுகாப்பு, ஆதரவு, பாராட்டு, புதிய அனுபவம், கவனிப்பு முதலியவற்றையும் திருப்திகரமாகக் வழங்குதல் வேண்டும். இத்தேவைகளைச் சரிவரப் பெறாத பிள்ளைகளே கற்றற் செயற்பாட்டிலும் ஏனைய செயற்பாடுகளிலும் பின்தங்கிய நிலைக்குத் தள்ளப்படுகின்றனர்.

மாணவர் இயல்புகள்



ஆரோக்கியமான மாணவன்

- ஆசிரியர் கூறும் அறிவுறுத்தல்களுக்கு இணங்கிச் செயற்படுவதுடன் தாமாகவும் முன்வருவர்
- ஆசிரியரிடம் வினாக்களைக் கேட்பர், ஆசிரியரின் வினாக்களுக்கு விடையளிப்பர்
- உபகரணங்களைப் பயன்படுத்துவர்
- கற்றல் இடர்பாடுகளின்போது ஆசிரியர், சகமாணவரிடம் உதவி பெறுவர்
- தம்செயற்பாட்டை தாமே பரிசீலிப்பர்
- ஆசிரியர் தம்மை அவதானிப்பதை விரும்புவர்
- மகிழ்ச்சியாகவும், உற்சாகமாகவும் கற்றல் செயற்பாடுகளில் ஈடுபடுவர்
- சமூக வளங்களிலிருந்தும் கற்றுக்கொள்வார்கள்
- திருப்தி அடைவார்கள்

ஆரோக்கியமற்ற மாணவன்

- அறிவுறுத்தல்களை மாத்திரம் செவிமடுப்பர்
- ஆசிரியர் கேட்கும் வினாக்களுக்கு மாத்திரம் விடையளிப்பர். தாம் வினாக்கள் கேட்கமாட்டார்கள்
- உபகரணங்களை அறிந்திருக்க மாட்டார்கள்
- உதவி பெறமாட்டார்கள்
- தம் வேலைகளில் அக்கறை கொள்ள மாட்டார்கள்
- பரீட்சை நோக்குடன் கற்பர்
- மகிழ்ச்சியாகக் கற்பதில்லை
- சமூக வளங்களைப் பயன்படுத்துவதில்லை
- எரிச்சல், போட்டி, பொறாமை கொள்வர். பாடசாலைக்கு வரத் தயங்குவர்

ராஜன் ஆரோக்கியமான மாணவன். ஆரோக்கியம் என்றால் என்ன? ஆரோக்கியமான மாணவன் எப்படி இருப்பான்?

4.7 முடிவுரை

பாடசாலைச்சூழலானது பிள்ளைகளது கற்றற் செயற்பாடுகளில் மாத்திரமன்றி உளநல விருத்தியிலும் உடல்நல விருத்தியிலும் மிகுந்த செல்வாக்குச் செலுத்துகின்றன. பாடசாலையின் பௌதீகச் சூழலானது ஆரோக்கியமான, அமைதியான சூழலாக அமைந்து, மாணவரது உளநல விருத்திக்கு உகந்ததாகக் காணப்படும் போது அவர்களது மனமும் கற்றல் செயற்பாடும் இயல்பான விருத்தி நிலையை அடையும். மேலும், இவ்வாறான சூழலில், ஆசிரியர்களும் மாணவரது தேவைகளை அறிந்து, நற்பண்புகளுடன் கூடிய மனப்பாங்கை வளர்த்து, கற்பித்தலை நன்நெறியில் நகர்த்திச் செல்ல முயல்வார்கள். இதிலிருந்து பாடசாலைச்சூழலானது மாணவரது உடல், உள, சமூக, ஆத்மீகத் தேவைகளைப் பூர்த்திசெய்வதாகக் கற்பித்தல் நடவடிக்கைகளை வடிவமைத்துச் செயற்படுதல் நன்று.

PDF Reducer Demo

துரத்தி வரும் பகையறியாத
மனவெளிப் பயம் புரியாத
உள நெருடல் தெரியாத
குமில்களின் தோப்பு

5

குடும்பம்

- குடும்பம் என்றால் என்ன?
- ஆரோக்கியமான குடும்பம் ஒன்றின் பண்புகள் எவை?
- பிள்ளைகளின் வளர்ச்சியில், பெற்றோர் ஆசிரியர்களின் பங்களிப்புகள் எவ்வாறானவை?
- குடும்பச் செயற்பாடு எவ்வாறு பாதிப்புக்குள்ளாகும்?

5.1 அறிமுகம்

PDF Reducer Demo

ஒரு பிள்ளையின் ஆரோக்கியமானதும் மகிழ்ச்சிகரமானதுமான வளர்ச்சிக்குக் குடும்பம் என்ற அமைப்பே முக்கிய அடித்தளமாகும். ஆரோக்கியமான ஒரு குடும்பத்தில் வாழும் பிள்ளை உடல், உள நலத்துடன் வளரும். இந்த அத்தியாயத்தில் குடும்பம் என்றால் என்ன என்பதும், அதன் பண்புகள், வகைகள் என்பனவும் ஆராயப்படுகின்றன. ஒரு குழந்தையின் படிநிலை விருத்தியில் குடும்பத்தின் பங்களிப்பு எவ்வகையில் அமையவேண்டும், என்ற கருத்துரைகளும் வழங்கப்படுகின்றன.

இக்காலகட்டத்தில், குடும்ப அமைப்பைப் பாதிக்கும் காரணிகளில் முக்கிய மானவற்றை இந்த அத்தியாயம் ஆராய்கின்றது. இவற்றில் போர், இடப்பெயர்வு, மற்றும் வறுமை, மதுப்பாவனை, இழப்புகளை ஈடுசெய்யாமை, நவீனமயமாக்கல் போன்ற காரணிகள் நோக்கப்படுகின்றன. இவற்றில் சில பிரச்சினைகள் விஷவட்டம் போல் காணப்படும். அதை உடைப்பதற்கு வழிதேட வேண்டியவர்களாக நாம் இருக்கின்றோம்.

இன்று எம் பிரதேசங்களில் தனிக்குடும்ப அமைப்புக்களே அதிகளவு காணப்படுகின்றன. இக்குடும்ப அமைப்புக்கள் பல நெருக்கடிகளைச் சந்தித்து வருகின்றன. குடும்பப் பெண்கள், தொழில்புரிவதற்காக அலுவலகங்களுக்குச்

செல்வதாலும், பெற்றோரில் ஒருவர் வெளிநாடுகளுக்குச் செல்வதாலும் குடும்பம் பாதிப்படைகிறது. மேலும், குடும்பத் தலைவனோ தலைவியோ யுத்தக்காரணிகள் அல்லது வேறு காரணிகளால் இறந்துவிட்டாலோ, அல்லது திருமணமுறிவு ஏற்பட்டாலோ குடும்பத்தின் இயல்பான இயக்கம் தாக்கப்படுகிறது. இந்நிலையில், குடும்ப உறுப்பினர்களில் அதிகம் பாதிக்கப்படுபவர்கள் சிறுவர்களே ஆவர். குடும்ப ஒற்றுமையைப் பேணுதல், பிள்ளைகள் பின்பற்றப் பொருத்தமான முன்மாதிரிகளை (Role model) ஏற்படுத்தல், மற்றும் புனர்வாழ்வு என்பன பாதிப்படைந்த சிறுவர்களின் முழுமையான வளர்ச்சிக்கு முக்கியமானவை ஆகும்.

தமிழர் பிரதேசங்களில் கூட்டுக்குடும்ப முறையானது அருகி வருகின்றது. இக்குடும்ப முறை நிலைத்த காலங்களில் குடும்ப உறுப்பினர் ஒருவருக்கொருவர் ஆதரவாக இயங்கினர். உறவுப்பிணக்குகள் முதியோர்களால் தீர்த்துவைக்கப்பட்டன. முன்மாதிரிகள், முறைசாரா உளவளத்துணை, அன்பு, ஆதரவு, புகலிடம் என்பன கூட்டுக்குடும்பங்களில் காணப்பட்டன. ஆனால், இன்று எமது பிரதேசத்தில் நடைபெற்று வரும் யுத்தம் காரணமாகவும், உலகமயமாதல் என்ற போக்கை நோக்கி சமூகமாற்றம் நடைபெறுவதாலும் 'கூட்டுக்குடும்பம் அருகி வருவதைத் தடுக்க முடியாது' என்கின்ற நிலை காணப்படுகிறது.

> *நாற்சார் வீட்டிலை எல்லாரும் சேர்ந்து வாழ்ந்தம். தாத்தா, தனது பழைய அநுபவங்களைச் சொல்லச் சுத்தியிருந்து கேட்பம். நாட்டுப்பிரச்சினை கடுமையாகத் தொடங்க மாமா, சித்தி எல்லாரும் இஞ்சை இருந்தால் பயம் எண்டு வெளிநாடுகளுக்குப் போயிட்டினம். ஷெல்லடி தாங்கேலாமல் இடம்பெயர்ந்து, இப்ப அகதிமுகாமில இருக்கிறம். முகாமுக்கு வந்த கொஞ்ச நாளில தாத்தா இறந்து போனார். இப்ப, கதை சொல்லவும் ஒருத்தரும் இல்லை. எங்கட வீட்டை எண்டா மாமரத்தில ஊஞ்சல் கட்டி ஆடலாம். இஞ்சை விளையாடவே இடமில்லை. குடிசையும் சரியான சின்னன். அதுக்குள்ள நாங்கள் தனியத்தான் இருக்கிறம்.*
>
> *- முகாமில் வாழும் மாணவன்*

5.2 குடும்பம்

ஒரு வீட்டில் வாழும் கணவன், மனைவி, பிள்ளைகள் இவர்களின் இரத்த உறவுகள் அல்லது இவர்களோடு சேர்ந்து வாழ்பவர்களைக் கொண்ட அமைப்பைக் குடும்பம் எனலாம். இவ்வமைப்பு காலமாற்றத்திற்கும், வெளி அழுத்தங்களுக்கும் ஈடுகொடுக்கக்கூடிய சிறந்த பண்பாட்டு அலகாகும்.

5.2.1 ஆரோக்கியமான குடும்பம் ஒன்றுக்கு இருக்கவேண்டிய பண்புகள்

சமூகத்தில் இயங்குகின்ற பல குடும்பங்கள் ஆரோக்கியமாக இருப்பதைக் கண்டு கொள்ளலாம். சில குடும்பங்கள் முரண்பாடுகளுக்கும், பிரச்சினைகளுக்கும்

உட்பட்டுத் துன்பப்படுவதை நாம் கண்டுள்ளோம். குடும்பங்களிடையே காணப்படும் இவ்வேறுபாடுகளுக்கு அக்குடும்பங்களின் பண்புகளே காரணமாகின்றன.

சிறந்த ஆரோக்கியமான குடும்பம் ஒன்றில், அங்கத்தவரிடையே அன்பும், ஆதரவும் காணப்படும். இந்த அன்பு, ஆதரவு என்பன குடும்பச் செயற்பாடுகளுக்கு இன்றியமையாத அடிப்படைப் பண்புகள் ஆகும்.

அன்பும் அறனும்
உடைத்தாயின்
இல்வாழ்க்கை
பண்பும் பயனும் அது
- திருக்குறள்

ஆரோக்கியமான குடும்ப அமைப்புகளில் ஒருவரின் கருத்துக்கு மற்றவர் மதிப்பளிக்கும் நிலை காணப்படும். பயனுள்ள கருத்துக்களையும் செயற்பாடுகளையும் ஏனையோர் பாராட்டுதல் குடும்ப இயக்கத்துக்கு முக்கியமானதாகும். மேலும், அங்கத்தவர்களின் உணர்வுகளைப் புரிந்துகொள்வதும், அதற்கு மதிப்பளித்து, அவர்களோடு உடன் இருப்பது போன்றவையும் குடும்பச் செயற்பாட்டுக்கு முக்கியமானவையாகும்.

ஒரு குடும்பத்தில் சிறுவன் ஒருவன் இருட்டியதும் 'பேய் பிசாசு' என பயப்படுகிறான் என வைத்துக்கொள்வோம். இந்நிலையில், குடும்பத்தில் உள்ள ஏனையவர்கள் சிறுவனின் பயத்தைப் போக்க உதவிசெய்தல் வேண்டும். அவனுடன் கதைத்து, அவனது உணர்ச்சிகளை விளங்கி, அறிவுபூர்வமாகச் சிறுவனைத் திடப்படுத்த நல்லதொரு குடும்பம் முனையும்.

வெளி அழுத்தங்கள், நெருக்கீடுகள் வரும் போது குடும்பம் ஒன்றாக நின்று எதிர்கொள்ளும். ஒருவரில் ஏற்படும் தாக்கத்தை ஈடுசெய்ய, அல்லது தாங்க மற்றவர்கள் உதவுவர். இங்கு, குடும்ப அமைப்பில் ஏற்படுகின்ற வெற்றிடங்களை நிரப்புவதற்கும், கடமைகளை நிறைவேற்றவும் மற்ற அங்கத்தவர்கள் இயங்குவார்கள்.

மேற்கூறிய அனைத்துப் பண்புகளையும் தன்னகத்தே கொண்டு ஆரோக்கியமாக இயங்குகின்ற குடும்பமே *சமநிலை* உள்ள குடும்பமாக இருக்கும்.

குடும்பச் சமநிலை

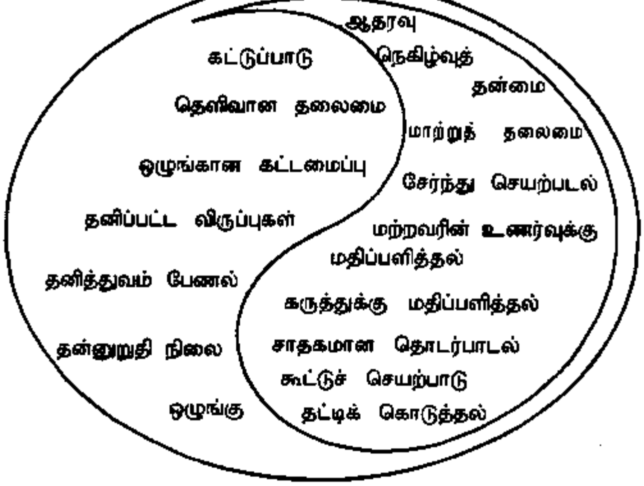
ஒரு குடும்பத்தின் தலைவர் மரணித்தால், அந்நிலையில் எல்லோரும் துயருற்றிருப்பர். இந்நிலை, குறித்த காலத்தின் பின் நீங்கிவிட வேண்டும். குடும்பத் தலைமையை வேறு ஒருவர் பொறுப்பேற்று முந்திய நிலைபோல் குடும்பம் திரும்பவும் செயற்படுமானால் இங்கு குடும்பச் சமநிலை மீண்டும் ஏற்படுகின்றது எனக் கருதலாம்.

குடும்பத் தலைமை

கப்பல் ஒன்றுக்கு மாலுமி எவ்வளவு முக்கியமோ அதேபோல, குடும்பத்திற்கும் தலைமை முக்கியம். சிறந்த ஒரு குடும்பத்தலைவர் ஏனையோருக்கு முன்மாதிரியாகவும், முக்கிய முடிவுகளை எடுப்பவராகவும் அன்பு அரவணைப்பில் பாரபட்சம் பாராதவராகவும் காணப்படுவார்.

ஆரோக்கியமான குடும்பங்களில் பொதுவான இலக்குகள் இருக்கும். இவ்விலக்கினை நோக்கியே குடும்பச் செயற்பாடுகள் ஒழுங்கமைக்கப்படுகின்றன.

குடும்பச் சமநிலை வட்டம்

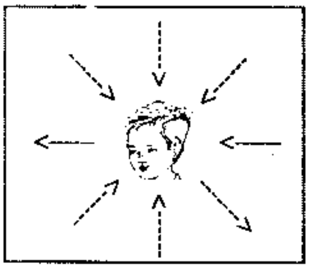


இந்த ஒழுங்கமைப்புக்குக் கட்டுப்பாடுகள் தேவையானதாக இருக்கின்றன. அதாவது, கல்வியில் உயர வேண்டும் என்ற இலக்கைக் கொண்ட குடும்பங்கள் தமக்குள் சில கட்டுப்பாடுகளையும், ஒழுங்குவிதிகளையும், தியாகங்களையும் கொண்டிருக்கும். இங்கு காலை எழுந்து படித்தல், மாலை நேரங்களில் விளையாடுதல் போன்றவற்றைக் கட்டுப்பாடாகக் கொள்ளமுடியும். இவ்வாறான குடும்பங்கள் கட்டுப்பாடு, ஒழுங்குவிதி என்பவற்றைக் கொண்டிருப்பதோடு நெகிழ்வுத் தன்மையினையும் கொண்டிருக்கும். அதாவது, கல்விகற்கும் பிள்ளை ஒன்று சுகவீனம் அடைந்தால், அப்பிள்ளை சுகமடையும் வரையும் குடும்ப உறுப்பினர்கள் கட்டுப்பாடுகளைக் கருத்திற்கொள்ளாது பிள்ளையின் தேவைகளைக் கரிசனையுடன் கவனிப்பர். இவ்வாறான செயற்பாடுகளால் கட்டுப்பாடு, விதிகள் என்பனவற்றைச் சுயமாக ஏற்று, இவை 'குடும்ப நன்மைக்கே' எனக் கருதிச் செயற்படுவது ஆரோக்கியமான குடும்பங்களின் பண்பாகும்.

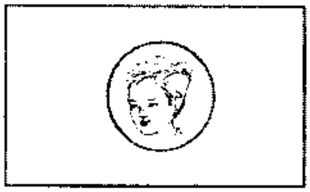
ஆரோக்கியமான குடும்பங்கள் சமூகத்தின் மாற்றங்களை உள்வாங்கக் கூடியவாறு கட்டமைக்கப்படுகின்றன. பண்பாடு, சமயம், மொழி, இனம் என்பன குடும்பக் கட்டமைப்பிலே இணைந்து காணப்படும். ஆயினும், சிறந்த குடும்பங்கள், எல்லா மாற்றங்களுக்கும் இசைந்து கொடுக்கமாட்டாது. அவை தேவையான, பொருத்தமான மாற்றங்களைத் தன்னில் உள்வாங்கிச் செயற்படும்.

குடும்பம் ஒன்றில் அங்கத்தவர்கள் ஒவ்வொருவருக்கும் எல்லைகள் இருக்கும். அவர்களின் செயற்பாடுகள் சிந்தனைகளை நடைமுறைப்படுத்துவதற்குக் குறித்த எல்லைகள் வேண்டும். உதாரணமாக, தந்தை, தாய், பிள்ளைகள் என்னென்ன செய்ய வேண்டும்? எவ்வாறு கதைக்க வேண்டும்? என்பவற்றுக்கு எல்லைகள் காணப்படும். இவ்வெல்லைகளைப் பின்வருமாறு வகை பிரித்து நோக்கலாம்.

- மழுங்கிய எல்லையைக் கொண்டவர்கள் அடிக்கடி மற்றவர்களின் தலையீட்டுக்கு உள்ளாகுவார்கள். தமது ஆளுமையினை இழந்துவிடுவார்கள். இதனால், இவர்களின் சுயசெயற்பாடு, சிந்தனை என்பன மழுங்கடிக்கப்பட்டிருக்கும். இவர்களின் எல்லைக்குள் யார் வேண்டுமானாலும் வரலாம், போகலாம்.



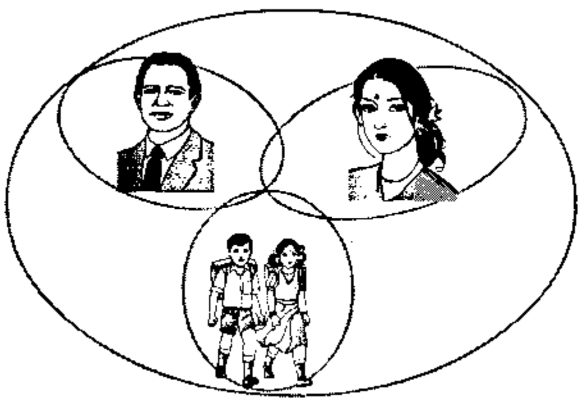
- இறுக்கமான எல்லையைக் கொண்டவர்கள் விட்டுக்கொடுக்கும் மனப்பாங்கு, நெகிழ்வுத் தன்மை என்பன இல்லாமல் தமது கருத்தே சரியெனச் செயற்படுவார்கள். இவர்கள், மற்றவர்களின் சிறந்த கருத்துக்கும் மதிப்பளிக்கமாட்டார்கள். இது ஒரு இராணுவத் தன்மையான எல்லையாகும்.



- துலக்கமான எல்லையைக் கொண்டவர்கள் தமது நிலையில் தெளிவானவர்களாக இருப்பதோடு, மற்றவர்களின் கருத்துகளுக்கு மதிப்பளிப்பவர்களாகவும் இருப்பர். தேவையேற்படின் நெகிழும் தன்மையும் இவர்களிடம் காணப்படும்.

குடும்ப அங்கத்தவர்களிடையே மேற்கூறிய துலக்கமான எல்லை காணப்படின், ஆரோக்கியமான உறவினைப் பேணுவதனூடாக, சிறந்ததொரு குடும்பத்தை உருவாக்கலாம்.

குடும்ப உறவுகள் கீழ்க்கண்டவாறு இணைந்திருப்பின் சிறப்பான குடும்பமாக அமையும்.



ஆரோக்கியமான குடும்பம்

கணவன் மனைவி உறவு என்பதன் எல்லை வேறாகவும், பெற்றோர் பிள்ளை உறவு எல்லை வேறாகவும் காணப்படும். ஆனால், இம்மூன்று பேரையும் சேர்ந்த எல்லை ஒன்றும் இங்கு காணப்படும்.

மாறாக எல்லைகள் தீர்மானிக்கப்படாமல் இறுக்கமாகவோ அல்லது மழுங்கியோ காணப்படின் குடும்பம், நெருக்கீடுகளை எதிர்கொள்ளும் போது, அது சீராக இயங்காது.

ஆரோக்கியமற்ற குடும்பம்

இங்கு குடும்ப உறவு விலகி இருப்பதைக் காணலாம். இது பாதகமானதாகும்.

செயற்பாடு *1*

குடும்பம் என்றால் என்ன?

என்ற கேள்வியைப் பயிலுநர் முன் வைக்கவும்; பயிலுநர்களைக் குழுக்களாக்கிக் குழுநிலையில் இக்கேள்வியை ஆராய்ந்து முடிவினை வரும்படி நிலைக்குக் கொண்டுவந்து காட்சிப்படுத்துக.

செயற்பாடு 2

ஆரோக்கியமான குடும்பம் ஒன்றுக்கு இருக்கவேண்டிய பண்புகள் எவை?

இக்கேள்வியைப் பயிலுநர் முன் காட்சிப்படுத்துக. பின்னர், வண்ணத்துப்பூச்சி ஒன்றின் படத்தினைக் கீறச் செய்க.

ஒவ்வொரு பயிலுநரிடமும் ஒவ்வொரு பண்பை வெவ்வேறு நிறங்களால் எழுதச் செய்க.

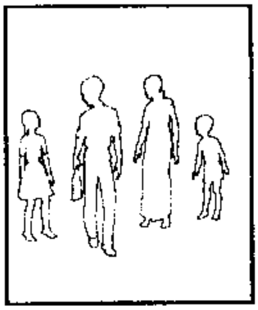
முடிவு: ஒன்றுக்கொன்று ஒத்த அல்லது முரண்பாடான பண்புகள் ஒரு எல்லைக்குள் வெவ்வேறு நிறங்களுடன் அழகாக இருப்பதை அவதானிக்கச் செய்யலாம்.

5.3 குடும்ப வகைகள்

- *உங்களுக்குத் தெரிந்த குடும்ப வகைகள் எவை?*

குடும்பத்தின் வகைகளைப் பலவாறாகப் பிரித்துப் பார்க்கலாம். வேகமான சமூகமாற்றம் காரணமாகப் பல புதிய குடும்ப அமைப்புகள் உலகில் தோன்றியுள்ளன. இருப்பினும், எமது பிரதேசத்தில் காணப்படும் குடும்ப முறைகளைப் பின்வருமாறு பிரித்து நோக்கலாம்.

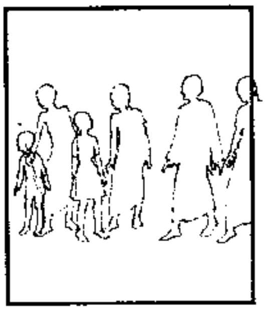
5.3.1 தனிக்குடும்பம் அல்லது கருக்குடும்பம்



கணவன், மனைவி இணைந்து பிள்ளைகளுடன் ஒரு வீட்டில் வாழ்தலைத் தனிக்குடும்ப அமைப்பு எனலாம்.

இன்றைய பொருளாதார மற்றும் யுத்த நெருக்கடிகளினால் பெரிதும் பாதிப்படைவது தனிக்குடும்பங்களே. பிரிவு, இழப்பு என்பன இக் குடும்பங்களைத் தாக்கும். இவற்றிற்குத் தீர்வு காண்பது சிறுவர்களின் உள, உடல் நலத்திற்குச் சிறப்பானதாகும்.

5.3.2 கூட்டுக் குடும்பம்



ஒரு வீட்டில் கணவன், மனைவி, பிள்ளைகள் அவர்களின் இரத்த உறவினர்கள் சேர்ந்து வாழ்தலைக் கூட்டுக்குடும்ப அமைப்பு எனலாம்.

இந்த அமைப்பு தற்காலத்தில் குறைந்து வருவதை அவதானிக்கக் கூடியதாக இருக்கிறது.

5.3.3 ஒற்றைப் பெற்றோரைக் கொண்ட குடும்பம்

தாய் அல்லது தந்தையில் ஒருவர் பிரிந்து அல்லது இறந்து போவதால், மற்றவர் பிள்ளைகளுடன் ஒரு வீட்டில் வாழ்தல் ஒரு பெற்றோரைக் கொண்ட குடும்ப அமைப்பாக இருக்கும்.

இக்குடும்பத்தில் தாய் அல்லது தந்தையின் இடம் வெறுமையாக இருக்கும். பிள்ளைகளுக்கு இவ் வெறுமையை நிவர்த்திசெய்ய வேண்டியவராக இக்குடும்பத்திலிருக்கும் ஒற்றைப் பெற்றோர் காணப்படுவார். சிலவேளைகளில் நெருங்கிய உறவினர், உதாரணமாக மாமா அல்லது மாமி, இப்பங்கை ஈடுசெய்பவராக இயங்கலாம். சில சந்தர்ப்பங்களில் இறந்த அல்லது பிரிந்த தாய்க்குப் பதிலீடாக இன்னுமொரு பெண் மாற்றுத்தாயாக வந்து கொடுமை புரிகின்ற நிலை உருவாகாமல் இருப்பது சிறுவர்களின் ஆரோக்கிய வளர்ச்சிக்கு உதவும்.

மாற்றுத் தந்தை இக்குடும்பத்தில் பிரவேசித்தால் அவர் தனது பங்கைச் சரியாக செய்யாமல் பிள்ளைகளைத் துஷ்பிரயோகம் செய்யலாம். இவை போன்றவை நடைபெறாமல் இருப்பது சிறுவர்களுக்கு உகந்ததாகும்.

5.3.4 சிறுவர் காப்பகங்கள்

பெற்றவர்களை இழந்த பிள்ளைகளை அல்லது அவர்களால் கைவிடப்பட்ட பிள்ளைகளை வளர்க்கும் நிறுவன அமைப்புக்களை சிறுவர் காப்பகங்கள் எனலாம். இங்கு பிள்ளைகளைப் பராமரிப்பதற்கு என்று சேவையாளர்கள் அமர்த்தப் பட்டிருப்பார்கள். இவர்களே இங்கு தாய், தந்தை போலச் செயற்படுவார்கள்.

இக்காப்பக அமைப்புகள் ஒரு துரதிஷ்டவசமான அமைப்புக்களாகும். குடும்ப அமைப்புக் கிடைக்காதபட்சத்தில், சிறுவர்களுக்கு மாற்றுவழியாக இவை இயங்குகின்றன. இவர்களின் அத்தியாவசியத் தேவையை நிறைவேற்றுவதற்காகக் காப்பகங்கள் உருவாக்கப்படுகின்றன. ஆயினும் இங்கும் சிலசமயங்களில் பாதகமான அம்சங்கள் தோன்றுவதற்கு இடமுண்டு. அவையாவன அன்பு, அரவணைப்பு, கரிசனை அற்றுப் போதல், சிறுவர்கள் துஷ்பிரயோகங்களுக்கு ஆளாதல், மற்றும் பிறழ்வான நடத்தைகளுக்குப் பழகிப்போதல் போன்றவை ஆகும்.

இன்றைய காலகட்டத்தில் சிறுவர் காப்பகங்கள் அதிகமாகக் காணப்படுகின்றன. இந்நிலை சிறுவர்களின் உளநலத்திற்கு உகந்தது அல்ல. மேலும் சிறுவர் காப்பகங்களில் காணப்படுகின்ற குறைபாடுகளை நீக்க முயற்சிகள் மேற்கொள்ளப்பட வேண்டும்.

இயலுமானவரை சிறுவர்களைக் காப்பகங்களுக்கு அனுப்பாமல் இருத்தல் நன்று. வசதியுள்ள, அத்துடன் சிறுவர்களின் அடிப்படைத் தேவைகளைப் பூர்த்திசெய்யக்கூடிய குடும்பங்கள் பிள்ளைகளைத் தத்தெடுத்து வளர்ப்பது சிறப்பானதாகும். இதனால் தனிக் குடும்ப அனுகூலங்களைப் பிள்ளைகள் பெற்றுக் கொள்வதுடன், சிறுவர் காப்பகப் பிரதிகூலங்களைப் பிள்ளைகள் தவிர்க்கக் கூடியதாகவிருக்கும். மேலும் சிறுவர் காப்பகங்களில் உள்ள குறைபாடுகளை நீக்குதலில் மேற்பார்வையாளர்களுக்குப் போதிய பயிற்சிகளை வழங்கலாம்.

செயற்பாடு

* பயிலுநர்களைத் தனித்தனியே வரைதாளில் அவர்களது குடும்பத்தை வரையச் செய்க. குடும்ப உறுப்பினர்களைச் சிலர் குறியீடாகவும் வரையலாம்.

உ+ம் : ஒரு பறவைகள் கூட்டினையும் அங்கு வாழும் பறவைகளையும் வரைவதனூடாகக் குடும்பத்தைச் சித்திரிக்கலாம்.

* மேற்கூறிய செயற்பாட்டினூடே குடும்பத்தில் நெருக்கீட்டுக்குட்பட்ட பிள்ளைகளை இனங்காணலாம்.

குறைந்தளவு பிள்ளைகளை அனுமதித்தல் போன்ற விடயங்களையும் கருத்தில் கொள்ள வேண்டும். விளையாட்டு உபகரணங்கள், கல்வி உபகரணங்கள் போன்றவையும் நிறைவாக இருக்க வேண்டும். மேலும் உணவு மற்றும் சுகாதார வசதிகள் சிறப்பாகக் கிடைக்க ஆவன செய்தல் ஓரளவுக்கேனும் சிறுவர் காப்பகக் குறைபாடுகளை நீக்கும். அத்துடன் இந்நிறுவனங்களை மேற்பார்வை செய்யவும் வேண்டும்.

5.4 குழந்தையின் விருத்திப் பருவங்களில் குடும்பம் மற்றும் ஆசிரியர்களின் பங்களிப்பு

பிள்ளை வளர்ப்பு வட்டம்

மாணவர்களுக்கு முன்மாதிரியாகவும், பெற்றோருக்கு ஆலோசகராகவும் இருப்பவரே சிறந்த ஆசிரியர்

ஒரு குழந்தையின் விருத்திப் பருவங்களைக் கால அளவை அடிப்படையாகக் கொண்டு பல கட்டங்களாகப் பிரித்து நோக்கலாம் (அலகு 2இல் உள்ள அட்டவணையைப் பார்க்கவும்). ஒவ்வொரு கட்டங்களிலும் பிள்ளைகளுக்கான உடல் உளரீதியான ஆதரவைக் குடும்பத்தினர் மற்றும் ஆசிரியர்கள் எவ்வாறு வழங்கலாம் என்பதை இந்தப் பகுதியில் பார்க்கலாம். பிறப்புக்கு முந்திய பருவம் முதல் கிட்டத்தட்ட ஆறு வயதுவரை குடும்பத்தினரின் பங்களிப்பு முழுமையாகக் காணப்படும். ஆறு வயதின் பின்னர் பிள்ளை பாடசாலைக்குச் செல்வதால் இப்பருவத்தில் ஆசிரியர்களின் பங்களிப்பும் முக்கியமாகிறது. ஆகவே ஒரு பிள்ளையின் ஆரோக்கியமான வளர்ச்சியில் குடும்பம், மற்றும் ஆசிரியர்களின் பங்களிப்புப் பிரதானமானது என்பதைப் புரிந்துகொள்ளலாம்.

பிள்ளைகளின் ஆக்க செயற்பாடுகளைத் தட்டிக் கொடுத்து, அவர்களின் நல்ல செயற்பாடுகளுக்கு ஊக்கம் கொடுப்பது பெற்றோரின் கடமையாகும். வெவ்வேறு விருத்திப் படிநிலைகளில் செய்யக்கூடிய, செய்யக்கூடாத அம்சங்களை முற்பக்கத்தில் உள்ள விளக்கப்படத்தில் பார்க்கலாம்.

முன்பள்ளி மற்றும் பள்ளிப் பருவத்துப் பிள்ளைகளின் வளர்ச்சியில் ஆசிரியர்களின் பங்களிப்பு முதன்மை பெறுகிறது. ஆசிரியர் கீதத்தில் குறிப்பிட்டது போன்று வீட்டுச் சூழலில் இருந்து வரும் பிள்ளையை அன்பாக அரவணைத்துப் புதிய பாடசாலைச் சூழலைப் பிள்ளை ஏற்கும்படி நடப்பது ஆசிரியர்களின் கடமையாகும்.

பாடசாலைப் பருவத்தில் ஆசிரியர்களே பிள்ளைகளுக்கு மாதிரிகளாகக் காணப்படுவர். ஆசிரியர்களின் ஒவ்வொரு செயலும் பிள்ளையின் நடத்தையில் தாக்கத்தை ஏற்படுத்தும். ஆசிரியரின் கூற்றே இவ்வுலகில் சரியானது என்று பிள்ளை கருதும். எனவே ஆசிரியர்கள் தமது கடமையினைப் பொறுப்புணர்வுடனும் நிதானமாகவும் செய்யவேண்டும்.

குழந்தையின் பின்வரும் சுகநலசேவைகளைக் குடும்பம் பூர்த்தி செய்வதில் ஈடுபடும்.

- சுத்தம்
- நல்ல உணவும் சுத்தமான நீரும்
- தடுப்பூசிகள்
- நற்சுகாதாரப் பழக்க வழக்கங்கள்
- நோயுற்ற வேளைகளில் சிகிச்சை பெற உதவுதல்.
- விபத்துக்களில் இருந்து பாதுகாத்தல்

> குழந்தைக்கு அன்புகாட்டுதல் மட்டும் போதுமானதல்ல. காட்டப்படும் அன்பைப் பிள்ளை உணரவேண்டும். குழந்தைக்குச் சங்கிலி போடுவதிலோ, பிறந்த நாளுக்கு வீடியோ எடுப்பதிலோ பிள்ளை மீது காட்டப்படும் அன்பு உணரப்படமாட்டாது. மாறாக, குழந்தை நித்திரைக்கு அழும்போது மடியில் வைத்துத் தாலாட்டுப் பாடுவது குழந்தைக்கு அன்பை உணர்த்தும் செயலாக இருக்கும்.

√ தட்டிக்கொடுத்தல் X

செயற்பாடு :

பயிலுநர்களை 5 குழுக்களாக்கி ஒவ்வொரு குழுவிற்கும் பின்வரும் வகையில் உள்ள ஒவ்வொரு பிள்ளையைப் பற்றி ஆராய நெறிப்படுத்துக.

- ஆரோக்கியமான பிள்ளை
- விருத்தி குறைந்த பிள்ளை
- சம வயதுக் குழந்தைகளுடன் சேராது ஒதுங்கியிருக்கும் பிள்ளை
- அதீத குழப்படியான பிள்ளை
- ஒரு செயற்பாட்டில் தனித்துச் செயற்பட மறுக்கும் பிள்ளை

இப்பிள்ளைகள் தொடர்பாகக் குடும்பங்களின் பங்களிப்பு எவ்வாறு இருந்தது? இனி எவ்வாறு இருக்க வேண்டும்? குழந்தையின் வளர்ச்சிக்கு இனி என்ன செய்யலாம்? என்பவை பற்றி ஒவ்வொரு குழுவும் ஆராய்ந்து அறிக்கை சமர்ப்பிக்கும்படி கேட்கலாம். பின், பொதுவாகக் கலந்துரையாடலாம்.

பிள்ளைகளின் ஒவ்வொரு வளர்ச்சிப்படிநிலைகளிலும் அப்பிள்ளையின் குடும்பம் வழங்கும் அன்பு, ஆதரவு, தட்டிக்கொடுத்தல், சுயமாக இயங்கச் சந்தர்ப்பம் அளித்தல் ஆகியவை சிறந்த ஆளுமையுள்ள ஒரு மனிதனை உருவாக்குவதில் முக்கிய பங்கெடுக்கின்றன.

5.5 குடும்பச் செயற்பாட்டைப் பாதிக்கும் காரணிகள்

ஆரோக்கியமான குடும்பம் ஒன்றின் செயற்பாடுகள் ஒழுங்காக நடைபெறும். அங்கு பிரச்சினைகள் அல்லது நெருக்கீடுகள் ஏற்பட்டாலும் அவை சீராகக் கையாளப்படும். இங்கு ஒவ்வொரு குடும்ப உறுப்பினர்களும் தத்தமது கடமைகளையும் பொறுப்புகளையும் பாகங்களையும் உணர்ந்து அவற்றை நடைமுறைப் படுத்துவார்கள். உதாரணமாகத் தந்தை உழைக்கச் செல்லல், தாய் சமையல் வேலையில் ஈடுபடல், மகள் வீட்டைச் சுத்தப்படுத்தல், மகன் பொருள்களை வாங்குதல் போன்றவற்றைக் குறிப்பிடலாம்.

இக்குடும்பத்தைப் பொறுத்தவரையில் நாளாந்த வாழ்க்கை நல்ல முறையில்

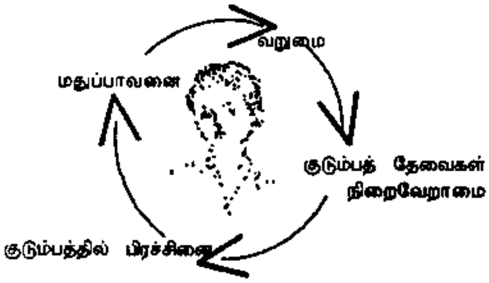
நடைபெறும். இங்கு குடும்பச் செயற்பாடுகள் பாதிப்படையாது; சமநிலை குழம்பாது காணப்படும். சிலவேளைகளில் தந்தைக்குச் சுகவீனம் ஏற்பட்டு உழைக்க முடியவில்லை எனின் குடும்பச் செயற்பாட்டில் நெருக்கீடுகள் ஏற்பட்டுப் பாதிப்புகள் தோன்றலாம்.

பொதுவாகக் குடும்பச் செயற்பாட்டைப் பாதிக்கும் காரணிகள் குடும்பத் திற்குள்ளும் காணப்படும். குடும்பத்திற்கு வெளியிலும் காணப்படும். குடும்பத்திற்குள் நிலவுகின்ற உறவுகளில் சிக்கல்கள் ஏற்படல், குடும்ப உறுப்பினர்கள் சேர்ந்து செயற்படுவதில் பிரச்சினைகள் ஏற்படல் ஆகியவற்றால் குடும்பச் செயற்பாடுகள் பாதிப்படையும். இவை குடும்பத்திற்குள் எழும் பிரச்சினைகளால் பாதிப்படையும் நிலையாகும்.

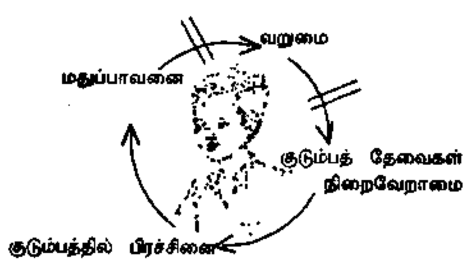
போர், இடம்பெயர்வு, மதுப்பாவனை, வறுமை, நோய் போன்ற புறக் காரணிகளாலும் குடும்பச் செயற்பாடுகள் பாதிப்படையலாம். இவை குடும்பத்திற்கு வெளியே ஏற்படும் பிரச்சினைகளால் குடும்பம் பாதிப்படையும் நிலையாகும்.

கடந்த இரு தசாப்த காலமாக எமது பிரதேசம் போரினால் மிக மோசமாகப் பாதிப்படைந்துள்ளது. இப்பாதிப்புக்களில் இழப்புகள் முக்கிய மானவையாகும். உயிர், உடல் ரீதியான இழப்புகள் மற்றும் சமூக, பொருளாதார, இயற்கை வள இழப்புகள் என்பவை இவற்றில் அடங்கும். மேற்கூறிய அனைத்து இழப்புகளும் குடும்பத்தின் செயற்பாட்டைப் பாதிக்கும்.

மேலும் சில பிரச்சினைகள் விஷவட்டம் போல் ஒன்றுடன் ஒன்று தொடர்புபட்டு குடும்பத்தைத் தாக்கும்.



விஷவட்டம்



விஷவட்டத்தை உடைத்தல்

விஷ வட்டத்தை உடைக்கும் வழிமுறைகள்:-

மதுப் பழக்கத்தில் இருந்து விடுபடுவதற்கான உதவிகள்
வறுமையைப் போக்க எடுக்கவேண்டிய நடவடிக்கைகளுக்கு வழிகாட்டல்
புனர்வாழ்வுக்கு வழிகாட்டல் ஒற்றுமையைக் கட்டியெழுப்புதல்

5.6 பிரச்சினைக்குரிய குடும்பம்

பிரச்சினைக்குரிய குடும்பப் பின்னணியைக் கொண்ட பிள்ளைகளில் உளப்பாதிப்புகள் தோன்றலாம். சில அசாதாரண குடும்பங்களில், அதன் ஆரோக்கிய மற்ற இயக்கப்பாடு, மாணவனைப் பலிக்கடாவாக்கி அவனூடாக அசாதாரண பிரதிபலிப்புகளை வெளிக்காட்டலாம். உதாரணம், குடிப்பழக்கமுடைய தந்தையின் செயற்பாடுகளால் அல்லது பெற்றோரிடம் ஏற்படும் தகராறால் மாணவன் குழப்ப மடைந்து காணப்படலாம்.

5.6.1 மாணவரின் குடும்ப நலத்தில் ஆசிரியர்

பாதிக்கப்பட்ட குடும்பங்களில் இருந்தும் பாடசாலைகளுக்குப் பிள்ளைகள் வருகிறார்கள். இவர்களில் உளப்பாதிப்புகள் காணப்படலாம். பிள்ளைகளின் பாதிப்புகளை அறிந்து அவற்றை நீக்க ஆசிரியர்கள் முயற்சி செய்யவேண்டும்.

ஒற்றுமையான, நன்றாக இயங்கும் குடும்பத்தால் பிள்ளைகளின் உளநலத்தை மேம்படுத்தவும், பேணவும், உளநலம் பாதிக்கப்படும் பொழுது அதை ஈடுசெய்யவும் முடியும். குடும்பமே சிறுவனின் உளநலத்திற்கான மிகச் சிறப்பான, இயற்கையான, பொருத்தமான வளமாகும். ஆகவே ஒரு உளவளத்துணை ஆசிரியர் எப்பொழுதும் குடும்பத்தைத் தனது செயற்பாடுகளில் கணக்கெடுத்து இணைத்து, உபயோகிக்க வேண்டும்.

ஆரம்பத்தில் பாதிக்கப்பட்ட பிள்ளைகளுக்கு உளரீதியான ஆதரவினை வழங்குதல் அவசியமாகும். மேலும் பாதிப்புகளின் அளவினை அறிந்து பெற்றோருடன் தொடர்பு கொள்ளலாம். இதைவிடப் பாடசாலையில் நடைபெறும் பெற்றோர் ஆசிரியர் சங்கம், பழைய மாணவர் சங்கம் போன்ற நிறுவன அமைப்புகளூடாகவும் பிரச்சினைகளைத் தீர்க்க முயற்சி செய்யலாம். இப்படியான சந்தர்ப்பங்களில் ஆசிரியர்களின் பங்களிப்பு இன்றியமையாதது ஆகும். ஆசிரியர் இவ்வாறு செய்யக்கூடியவை:

- குடும்ப ஒற்றுமையை ஊக்குவித்தல்
- வகுப்புப் பாடங்களில் குடும்பத்தைப் பற்றிய நல்ல கருத்துக்களைப் போதித்தல்.
- குடும்ப அங்கத்தவர்களிடையில் உறவுகளைக் கட்டியெழுப்புதல்.
- சிறுவன், பெற்றோரை மதித்து நடக்க வழிகாட்டல்.
- குடும்பத்தின் கூட்டுச் செயற்பாடுகளுக்கு ஊக்கமளித்தல்.

  குடும்பத்தின் அடிப்படைத் தேவைகளை நிறைவேற்றுவதற்கு உதவிசெய்தல். (உதாரணம், தந்தையின் வேலை, வருமானம் தரும் திட்டங்கள், பொருளாதார உதவி போன்றவற்றுக்கு வழிகாட்டல், தனது செல்வாக்கை உபயோகித்தல்)

குடும்ப அங்கத்தவரில் காணப்படும் உடல், உள, சமூகப் பிரச்சினைகளுக்கு (இயலுமான) உதவிசெய்தல்.

- பாதிக்கப்பட்ட மாணவனுக்கு உதவிசெய்யும் பொழுது பெற்றோருக்கு உங்கள் அணுகுமுறையை விளக்கி அவர்களையும் அதில் பங்காளராக சேர்த்துக் கொள்ளலாம். நடத்தைச் சிகிச்சையளிக்கப்படும் பொழுது அவர்களும் வீட்டில் அந் நடைமுறைகளை (உடன்பாடான, எதிர்மறையான வலுவூட்டங்களை) மேற்கொள்ளலாம் (அலகு 9ஐப் பார்க்கவும்).
- குடும்ப உளவளத்துணை
- கூட்டுக் குடும்பத்தை உதவிக்குத் திரட்டுவது

மணி 11 வயதுடைய துடிப்பான பிள்ளை. பாடசாலையில் படிப்பிலும் கெட்டிக்காரன். மணியின் அப்பா எழுதுவினைஞராகப் பணிபுரிகின்றார். அம்மா வீட்டு வேலை செய்கிறாள். விடுமுறை நாட்களில் சுற்றுலா, கோயில் திருவிழா என மணியை அப்பா அழைத்துச் செல்வார். மகனின் தேவை அறிந்து தந்தை பூர்த்திசெய்து வந்தார்.

அன்று ஞாயிறு அலுவலக விடுமுறை என்பதால் வீட்டுக்கு அருகில் உள்ள காணியைத் துப்பரவு செய்யும் வேலையில் தந்தை ஈடுபட்டு வந்தார். அவ்வேளை மிதிவெடி ஒன்றில் சிக்கி இரத்தப்போக்கு மிகுதியாகிச் சிகிச்சை பயனளிக்காமல் மணியின் தந்தை இறந்துபோனார். மணி தாங்கமுடியாது அழுதான். தாத்தா, மாமா, சித்தப்பா எல்லோரும் கரிசனையுடனும், ஆதரவுடனும் நடந்துகொண்டனர். அம்மா, தாத்தா ஆகியோர் மணியைப் பிரியாமல் தம் அணைப்பிலே வைத்திருந்தனர். அந்தியேட்டி வரை அயலவர்களும் உறவினர்களும் துக்கம் விசாரித்துச் சென்றதோடு அவர்களுக்குத் தேவையான உணவுகளையும் கொடுத்தனர்.

மணிக்கு ஒவ்வொரு நாளும் தாத்தா ஆறுதல் கூறுவார். மணி தந்தையின் இறப்பைப் பற்றிக் கதைக்கும்போது கரிசனையுடன் கேட்பார். மணியினை வலுவூட்டக்கூடிய கதைகளைத் தாத்தா கூறுவார்.

அந்தியேட்டிக் கிரியையின்போது ஆத்மா சாந்தியடையவேண்டிப் பல சடங்குகள் பூசைகள் பாடல்கள் என்பன இடம்பெற்றன. மேலும் அயலவர் உறவினர்களுக்கு உணவளிக்கப்பட்டது. மரணம் வாழ்க்கை வட்டத்தில் தவிர்க்க முடியாதது என்பதை மணி புரிந்துகொள்ளத் தொடங்கினான்.

மணியின் மாமா திருவிழா கலைநிகழ்வுகளுக்கு மணியை அழைத்துச் செல்வார். அப்பாவைப் போலத் தாத்தாவும் மாமாவும் செயற்படுவது மணிக்கு அப்பா இல்லாத குறையை ஓரளவுக்கு நீக்கியுள்ளது.

பாதிக்கப்பட்ட மாணவர் தொடர்பாகக் குடும்ப மட்டத்தில் ஆசிரியர்கள் செய்யக்கூடியவை

- மாணவர்களின் குடும்ப உறவுகளை மேம்படுத்தல்.
- தாய் தந்தை மற்றும் உறவினர்களின் முக்கியத்துவத்தினை மாணவருக்கு உணர்த்துதல்.
- குடும்பங்களுடன் ஒழுங்கான சந்திப்புகளை மேற்கொள்ளுதல்.
- நல்ல குடும்பங்களின் பங்குகள், செயற்பாடுகள் தொடர்பான விளக்கங்களைப் பெற்றோர்களுக்கு வழங்குதல்.
- பாதிப்புக்குள்ளான மாணவரின் குடும்பப் பின்னணியை ஆராய்ந்து பொருத்தமான உதவியை ஏற்படுத்திக் கொடுத்தல்.
- பெற்றோர் பூர்த்திசெய்ய வேண்டிய பிள்ளைகளின் தேவைகளை எடுத்துக் கூறல்.
- மாணவர்களுக்குத் தேவையான உதவிகளைப் பெற்றுக்கொடுத்தல்.
- குடும்ப உளவளத்துணையினை வழங்குதல்.

செயற்பாடு

பங்கேற்பாளர்களை 2 குழுக்களாக்குக.

குழு 1: ஆரோக்கியமற்ற குடும்பத்தில் இடம்பெறும் பிரச்சனைகளை நடித்துக் காண்பிக்குக.

குழு 2: மேற்படி பிரச்சினைகளை ஆரோக்கியமான குடும்பம் எவ்வாறு எதிர்கொள்ளும் என்பதனை நடித்துக் காண்பிக்குக.

5.6 முடிவுரை

இவ்வத்தியாயத்தில் குடும்பம் என்றால் கணவன், மனைவி, பிள்ளைகளையும் உறவினர்களையும் கொண்டது என்பதையும், குடும்பத்திற்கு இருக்கவேண்டிய பண்புகளில் முக்கியமானவையாகத் தலைமை, அன்பு, ஆதரவு, நெகிழ்வு, எல்லை, கட்டமைப்பு என்பன இருக்க வேண்டும் என்பதையும், பாதிக்கப்பட்ட குடும்பங்களிலிருந்து வருகின்ற மாணவர்களை ஆசிரியர்கள் எவ்வாறு கையாள வேண்டும் என்பதையும் பார்த்தோம்.

குடும்பம் சிறக்க உழைப்போம்.

பூமி உடைந்தது வானம் அதிர்ந்தது

PDF Reducer Demo

போய் மகிழ்வுற்றன பேய்.

நேமி வரண்டது நீர் கொதியுண்டது

நீதி பறந்தது சேய்.

தாம் முலை உண்டிடு போதினிலும் கொலை

தாவி அணைத்தது போய்.

தீமைகள் கண்டு சிரித்தன

செங்குருதிக் களம் எங்கணுமே.

- முருகையன் -

6

போர் இடர்ப்பாடுகள்

- போர் எவ்வாறு ஒரு நெருக்கடியாகிறது?
- போரின் விளைவுகள் யாவை?
- யுத்தம் ஏற்படுத்துகின்ற உளப்பாதிப்புக்கள் எப்படியானவை?
- யுத்த சூழலில் வாழுகின்ற சிறுவர்களில் ஏற்படுகின்ற மாற்றங்கள் எவை?
- போர் நெருக்கடிகளைத் தணிப்பதற்கும் அவற்றின் பாதிப்புக்களிலிருந்து விடுபடுவதற்கும் [illegible] யாவை?

PDF Reducer Demo

பிள்ளைகளுக்குப் பலவிதமான உளசமூகப் பிரச்சினைகள் ஏற்படலாம். அவர்கள் அவற்றைத் தங்களது வளர்ச்சிக்கும் விருத்திக்கும் ஏற்ப, தங்களது இயல்புகள், அனுபவங்களுக்கேற்ப வெவ்வேறு விதங்களில் வெளிப்படுத்துவார்கள். இதனை அடுத்து வருகின்ற அலகில் பார்க்கலாம். போரும், அதனுடன் தொடர்பான காரணிகளும் பிள்ளைகளில் ஏற்படுத்துகின்ற பிரச்சினைகள் விசேட அக்கறைக்குரியதாகையால், அவற்றைப் பற்றித் தனியாக இந்த அலகில் பார்க்கப்படுகின்றது.

கடந்த இருபது ஆண்டுகளாகத் தொடர்ந்து கொண்டிருக்கும் உள்நாட்டு யுத்தம், எமது பிரதேசத்திலுள்ள எல்லோரிலும் ஏதோவொரு விதத்தில் தாக்கத்தை ஏற்படுத்தி இருக்கின்றது. பௌதீக ரீதியிலான தாக்கங்களுடன் யுத்தம் மனங்களில் ஏற்படுத்தியிருக்கின்ற பாதிப்புக்கள் ஏராளம். வளர்ந்தோர்கள் போலச் சிறுவர்களும் இத்தாக்கங்களுக்கு உள்ளாகியிருப்பதனால், அது பற்றி விரிவாக நோக்க வேண்டிய தேவை எழுகின்றது.

ஒரு போர்க்காலச் சூழலில், போர் அனர்த்தங்கள் இடையிடையே முனைப்புப்

பெற்றும், தணிந்தும், எதிர்பார்க்க முடியாதவையாக அமைந்து விடுகின்றன. இவற்றினால் ஏற்கனவே இருக்கின்ற சில நெருக்கீடுகள் அதிகரிப்பதுடன், பல புதிய நெருக்கீடுகளும் தோன்றிவிடுகின்றன.

செருவந்த
பொழ்தில் சிறை
செய்யாவேந்தன்
வெருவந்த
வெய்து கெடும்

இயற்கையாக ஏற்படும் அழிவுகளைவிடப் போர் அனர்த்தங்கள் சில விஷயங்களில் வேறுபட்டுக் காணப்படுகின்றன. குறிப்பாகப் போர் மனிதராலேயே திட்டமிட்டு நடத்தப்படுகின்றமையினால், போர் அழிவுகளுக்கு யாரோ பொறுப்பு என்ற கோபமும் உளத்தாக்கத்துடன் கலந்து இருக்கும். அத்துடன் துரதிஷ்டவசமாக, தற்காலத்துப் போர்கள் பெருமளவில் பொதுமக்களைப் பாதிக்கும் வண்ணம் வடிவமைத்து நடத்தப்படுகின்றன. ஒரு வெள்ளமோ, புயலோ போன்று இல்லாமல், பல சந்தர்ப்பங்களில் போர் தொடர்ந்து கொண்டு, அனர்த்தங்களைத் தொடர்ந்து உருவாக்கிய வண்ணம் இருக்கின்றமையினால், அதிலிருந்து மீண்டு, பழைய வாழ்க்கைக்குத் திரும்புதல் என்பது கஷ்டமானதாக ஆகிவிடுகின்றது.

போர் நெருக்கீடுகள் பற்றி அறிந்து கொள்வதும், அவை ஏற்படுத்துகின்ற பொதுவான, விசேடமான தாக்கங்கள் பற்றித் தெரிந்துகொள்வதும் நல்லது. எங்கள் பிள்ளைகள் ஏன் இப்படி இருக்கின்றார்கள் என்பது பற்றிய விழிப்புணர்வு ஏற்பட்டால், அது பாதிப்புகளை இனங்காணவும், பராமரிப்புகளை வழங்கவும் உதவியாக அமைந்துவிடும்.

நிழல் சொரியும்
மரமெல்லாம்
நெருப்பள்ளிச்
சொரியும்.
நினைந்து செய்த
கொடுமைகளால்
நெஞ்சமெலாம்
எரியும்
சோ.ப

6.2 போர் நெருக்கீடுகள்

ஒரு புதிய சூழல் அல்லது பிரச்சினைக்கு முகங்கொடுக்கின்ற பொழுது எங்கள் உடலிலும் உள்ளத்திலும் ஏற்படுகின்ற துலங்கல்களே (எதிர்வினைகளே) நெருக்கீடாக உணரப்படுகின்றது. இது அன்றாடம் சிறிய அளவுகளிலே நாம் எல்லாரும் அனுபவிக்கும் ஒன்றுதான். எனினும், சில வகையான கொடூர நெருக்கீடுகள் கடுமையான தாக்கங்களை ஏற்படுத்தவல்லன. சாதாரண வாழ்வியல் அனுபவங்களுக்குள் வராத பேரழிவுகள், உயிரிழப்புக்கள், எதிர்பாராத வகையில் ஏற்படுகின்ற, எங்களது கட்டுப்பாட்டுக்குள் இல்லாத நெருக்கீடுகள் போன்றன பெரும்பாலானோரில் தாக்கத்தை ஏற்படுத்தக்கூடியவையாகக் காணப்படுகின்றன. சூறாவளி, நிலநடுக்கம், வெள்ளப்பெருக்கு, எரிமலை போன்ற இயற்கை அனர்த்தங்கள் போல, போர் அனர்த்தங்களும் இவ்வாறான தன்மை உடையவையே.

வடக்குக் கிழக்குப் பிரதேசங்களில் வாழுகின்ற யாவரும் இந்த அனர்த்தங்களிடையேதான் நீண்ட காலம் வாழ்ந்து கொண்டிருந்தனர். இந்த அனர்த்தங்களிடையே வாழ விரும்பாதோர், முடியாதோர்கள் எல்லாம் வெளியேறி விட்டார்கள். இருக்கின்றவர்களும் அநேகமான சந்தர்ப்பங்களில் ஒன்றுக்கு மேற்பட்ட பல நெருக்கீடுகளுக்கு முகம் கொடுத்துச் சமாளித்துள்ளார்கள். ஆயினும் சிலரது சமாளிக்கும் திறன்களை இந்த நெருக்கீடுகள் உலுக்கி விட்டிருக்கின்றன.

போர்ச்சூழலிலே பயங்கரமான சத்தங்களும், அதிர்வுகளும், உதவியற்ற நிலையும், மரணம் பற்றிய பயமும் சேர்ந்து அதீத நெருக்கீட்டை உணருகின்ற நேரமாக இருக்கும். பொருள்கள்- சொத்துக்களின் அழிவுகளைக் காணுதல், வளர்ப்புப் பிராணிகளின் இறப்பு, காயம் ஏற்படுதல், அல்லது கடுங்காயக்காரரைக் காணுதல், அன்புக்குரியவர்களின், அயலவர்களின் இறப்பைக் காணுதல், சிதைந்த உடலுறுப்புக்களை- சதைகளையும், இரத்தத்தையும் - காணுதல், புதிய, உறைந்த இரத்தங்களின் வாடை, சதைப் பிண்டங்களினதும் அழுகிய உடல்களினதும் வாசனை, வெடிபொருள்களின் மணம் எல்லாம் எமது மனங்களில் ஆழமாகப் பதிந்து போவதுடன், இவை பிற்காலங்களில் மாறாத வடுக்களாகிப் பெரியளவிலான தாக்கங்களை ஏற்படுத்தவல்லன.

6.2.1 சிறுவர்களும் போர் நெருக்கீடுகளும்

பொதுவாகப் பெரியவர்களிலும் பார்க்கச் சிறுவர்களில் நெருக்கீடுகளுக்குப் பின்னர் ஏற்படுகின்ற உடன் தாக்கங்கள் குறைவாகவே காணப்படுகின்றன. அவர்களின் ஆர்வம், புதியனவற்றைத் துருவி ஆராயும் ஆவல், கபடமற்ற அப்பாவித்தன்மை, மற்றும் நிகழ்வுகளின் அர்த்தங்களையும், விளைவுகளையும் (உதாரணமாக, மரணத்தின் நிரந்தரத்தை) முழுதாகப் புரிந்துகொள்ளாமை போன்ற குணாதிசயங்களால், சிறுவர்கள் நெருக்கீடுகளைச் சுலபமாகவும், விளையாட்டுத் தன்மையோடும் எதிர்கொள்வர். முக்கியமாகப் பெற்றோர் பிள்ளைகளோடு கூட இருந்து, அவர்களுக்கு ஆதரவு அளித்து, முன் உதாரணமாக நடந்தால் பிள்ளைகள் இலகுவாக நெருக்கீடுகளைச் சமாளிப்பர்.

ஆனால் பெற்றோரிடம் (முக்கியமாக, தாயில்) இருந்து பிரிந்தோ, அல்லது பெற்றோர் பாதிக்கப்பட்டோ இருந்தால், பிள்ளைகளிலே பாரதூரமான விளைவுகளை எதிர்பார்க்கலாம். ஏனெனில், முழு அறிவாற்றலும், சுதந்திரச் செயலாற்றலும் அடையாத பிள்ளைப் பருவத்தில், பெற்றோர், ஆசிரியர் அல்லது மதிக்கப்படும் பெரியார், அவர்களுக்கு ஆதாரமாகவும், உதாரணமாகவும் திகழ்வர்.

நடக்கும் நிகழ்வுகளுக்குக் கற்பிக்கும் அர்த்தத்தையும் அனுபவிக்க வேண்டிய உணர்ச்சிகளையும், உணர்வுகளையும் எதிர்கொள்ளும் வழிமுறைகளையும் பெற்றோர், ஆசிரியர் அல்லது மதிப்புக்குரியவரிடம் இருந்து நேரடியாகவோ, மறைமுகமாகவோ பிள்ளைகள் கற்றுக் கொள்கின்றனர். ஆகவே, நெருக்கீட்டு வேளைகளில் பெற்றோர் உபயோகிக்கும் கையாள்கைகளும் அவர்களின் உளத்துலங்கல்களும் பிள்ளைகளுக்குச் சுலபமாகக் கடத்தப்படும்.

மேலும், நீடிக்கும் நாட்பட்ட மாற்றங்கள், உதாரணமாகத் தாம் பழகிய சூழல் (அதாவது சொந்த வீடுகள், சொத்துகள், விளையாட்டுப் பொருள்கள், நண்பர்கள், உறவினர்கள், செல்லப்பிராணிகள், பாடசாலைகள்) மற்றும் வாழ்க்கை முறைகளில் இருந்து பிரிந்து, புதிய சூழலில், நிலையில்லாத அகதி வாழ்க்கையைத்

செயற்பாடு

போரினால் பாதிக்கப்பட்ட ஒரு பிள்ளையை நினைவுக்குக் கொண்டு வருமாறு பயிலுநர்கள் கேட்கப்படலாம். அவர்களின் உணர்வு, நடத்தை ஆகியவற்றில் ஏற்பட்ட மாற்றங்களை அட்டை மட்டையில் எழுதுமாறு வழிப்படுத்தலாம் பின்னர் அட்டை மட்டைகளைச் சேர்த்துக் காட்சிப்படுத்தி, பொருத்தமற்றவற்றை நீக்கி, போர் மாணவர் மீது ஏற்படுத்தியுள்ள தாக்கங்கள் பற்றிய மொத்தமான முடிவுக்கு வரச் செய்யலாம்.

தொடர நேரிட்டால், பிள்ளைகளில் பலதரப்பட்ட தாக்கங்களை அவதானிக்கலாம். குறிப்பாக, அவர்களின் உணர்ச்சிகளிலும், நடத்தைகளிலும் அசாதாரண மாற்றங்களையும், உள சமூக விருத்தியிற் பின்னடைவுகளையும் காணலாம். ஆகவே பிள்ளைகளில், உடன் தாக்கங்களைவிட, நீண்டகால விளைவுகளே கூடுதலாக ஏற்படுகின்றது.

போர்ச்சூழலில், பிள்ளைகளுக்குத் தாக்கங்களை ஏற்படுத்தும் பொதுவான நெருக்கீடுகள் கீழே தொகுக்கப்பட்டுள்ளன. அவையாவன

- போஷாக்கின்மையும் வறுமையும் (பெற்றோரின் வேலையின்மை, பொருளாதாரக் கஷ்டங்கள்; வீடுகள், சொத்துகள், தோட்டங்கள் போன்றவற்றின் அழிப்பும் அழிவும்)
- நோய்வாய்ப்பட்ட நிலை (சுகாதார சேவைகளின் சீர்கேடுகள், சுற்றாடல் துப்புரவின்மை, தொற்றுநோய்களின் அதிகரிப்பு, நோய் எதிர்க்கும் சக்திக் குறைவு)
- இடம்பெயர்வு (வீடு, பழைய சூழல், பாடசாலைகளில் இருந்து மாற்றங்கள்)
- இழப்புகள் (பெற்றோரின் இறப்பு, காணாமற் போதல்; உறவினர், வீடு, சொத்துகள், விளையாட்டு உபகரணங்கள், மிருகங்கள் போன்றவற்றை இழத்தல்)
- வன்முறைகளைக் காணுதல், முக்கியமாகத் தங்கள் குடும்பத்தவர் அல்லது நண்பர்கள் பாதிக்கப்படுவதைக் காணுதல் (பொதுவாக மிகக் கொடூரமான விதத்தில் நடக்கின்ற மரணங்கள்)

  உ-ம்: சுடுபடுதல், குண்டுவீச்சுக்கு இலக்காதல், கத்தி, கோடரிகளால் வெட்டப்படுதல், கொலை செய்யப்படுதலைக் காணுதல், குருதிப் பெருக்கம், வேதனை, நோ, மரண அவஸ்தைகளைக் காணுதல்; மற்றும் அங்கவீனப்பட்ட, உருக்குலைந்த, சிதைந்த அல்லது அழுகிய பிரேதங்களைக் காணுதல், தங்கள் வீடுகள் மற்றும் முக்கிய சமூக நிறுவனங்களின் அழிப்புகளை அவதானித்தல்.

- வன்முறைகளை நேரடியாக அனுபவித்தல் (விமானக் குண்டுவீச்சு, எறிகணைத் தாக்குதல், இராணுவத்தினரின் தேடி அழிக்கும் நடவடிக்கைகள், சுற்றிவளைப்பு, சித்திரவதை, உயிருக்கு அச்சுறுத்தல், பலாத்காரம்)

- வன்முறைகளைச் செய்ய நிர்ப்பந்திக்கப்படுதல் (ஆயுதப் போராட்டம், கொலை செய்தல்);
- கல்வித் துறையின் குழப்பங்கள் (இது எமது பிரதேசத்தில் மிகவும் முக்கியத்துவம் பெற்றுள்ளமையைக் குறிப்பிட வேண்டும். இதுபற்றி அடுத்துவரும் பகுதியிலும் பார்க்கப்படுகின்றது.)

6.2.2 இடம்பெயர்வு

ஆரோக்கியமான கிராமிய வாழ்வு இடப்பெயர்வினால் சிதைந்து போயிற்று

போர் நெருக்கீடுகளைப் பொறுத்தளவில் அவை நேரடியான தாக்கங்களை ஏற்படுத்துவனவாக அல்லது மறைமுகமான தாக்கங்களை ஏற்படுத்துவனவாக இருக்கின்றன. இறப்பு, காயமடைதல், அங்கவீனம், வன்முறைகளைக் காணுதல் போன்றன சில நேரடியான நெருக்கீடுகளுக்கு உதாரணமாக இருக்கின்ற அதேவேளை, வறுமை, பொருளாதாரத் தடை, இடம்பெயர்வு, அகதி வாழ்க்கை போன்றன யுத்தத்தின் மறைமுகமான விளைவுகளாக, நெருக்கீடுகளாக இருக்கின்றன. இவற்றுள் இடம்பெயர்வு என்பது, ஏறக்குறைய போர் நடக்கின்ற பிரதேசங்களில் வாழும் எல்லோரும் அனுபவித்த ஒன்றாக, பொதுவானதாகக் காணப்படுவதனால் அது பற்றிச் சற்று விரிவாகப் பார்ப்போம்.

இடம்பெயர்வு எங்கள் எல்லோருக்கும் பொதுவான, நாளாந்த விடயங்களில் ஒன்றாகி விட்டது. மாணவர்களைப் பொறுத்தவரை, இடம்பெயர்வால் பாடசாலைகள் அடிக்கடி மாற வேண்டியிருக்கும். இருக்கின்ற பாடசாலைகளும் சிலவேளைகளில் அழிக்கப்பட்டும், ஆக்கிரமிக்கப்பட்டும் இருக்கும். அல்லது பொதுவான கட்டடம் தானே என்று எண்ணி அகதி முகாம்களாகப் பாவிக்கப்பட்டு வரும். இதனால் இப்பாடசாலை மாணவர்கள் வசதியீனமான சூழலில் கல்வி கற்க நிர்ப்பந்திக்கப்படுவர். இவை ஏற்படுத்தும் தாக்கங்கள் பற்றி அலகு 4 இல் விரிவாகப் பார்க்கலாம். மேலும் போக்குவரத்துப் பிரச்சினைகள், பெற்றோர்களின் அச்சம் போன்றவற்றினால் பிள்ளைகளின் பாடசாலை வரவு ஒழுங்கீனமாகின்றது. இடம்பெயர்வுகள் தோற்றுவித்திருக்கும் வறுமை காரணமாக அப்பியாசப் புத்தகங்கள், மற்றும் ஏனைய கல்வி உபகரணங்களை வாங்க முடியாமை, சீருடைகளைப் பராமரிக்க முடியாமை போன்றன ஏற்படும். இவற்றைவிட, இடம்பெயர்ந்து வந்த மாணவர்களுக்கும், பாடசாலைகளில் ஏற்கனவே இருக்கின்ற மாணவர்களுக்கு மிடையே உறவுப் பிரச்சினைகள் கூட எழலாம். மேலும், பொதுவாக மாணவர்கள் எல்லோருக்கும் இலக்காக இருக்கின்ற தேசியப் பரீட்சைகளுக்கு ஒழுங்காகத் தயாராக முடியாத நிலை ஏற்படலாம். கல்வி - எதிர்காலம் பற்றியும், குறிப்பாக வேலைகள், உத்தியோக வாய்ப்புகள் பற்றியும் ஒரு நிச்சயமற்ற நிலை தோன்றலாம்.

மாணவர்கள் வன்முறைகளுடன் தொடர்புடைய நிகழ்வுகளைத் தங்கள் சூழலில் அவதானிக்கின்றார்கள், அல்லது தாமே அனுபவிக்கின்றார்கள். சோதனைச் சாவடிகளில் பெறும் அனுபவங்கள், தடுத்து வைக்கப்படுதல், கடத்தப்படுதல் போன்றவற்றையும், போராட்டத்தில் இணைக்கப்படல், வன்செயல்களில்

ஈடுபடுத்தப்படல், பயிற்சியளிக்கப்படல் போன்றவற்றையும் மாணவர்கள் காண்கிறார்கள், அனுபவிக்கிறார்கள். இதைவிட, கல்வி கற்கமுடியாது இடைவிலகும் சகமாணவர்களையும், தங்கள் பிரதேசத்தைவிட்டு வெளியிடங்களுக்கோ, வெளிநாடுகளுக்கோ வெளியேறுகின்ற சக நண்பர்களையும், மாணவர்களையும் இவர்கள் பார்க்கின்றனர். இவை, மாணவர் கல்வியின் மீது இருக்கும் ஆர்வம் மீது, நம்பிக்கையின் மீது வெடிப்புகளை ஏற்படுத்திவிடக்கூடியன.

செயற்பாடு

இடப்பெயர்வுக்கு முன்னர் நீங்கள் இருந்த நிலைபற்றி மீள நினைத்து ஒரு சிறு கட்டுரை எழுதுமாறு கேட்கப்படலாம்

அனர்த்தங்களுக்குப் பிறகு இடம்பெயர்ந்து, புதிய ஒரு இடத்தில், அறிமுகமில்லாத சூழலில் தங்கியிருக்கின்ற பொழுதும் பெரிய மன உளைச்சல்கள் ஏற்படலாம். உறவினர், நண்பர்களின் வீடு, முகாம் வாழ்வு, இரண்டு மூன்று குடும்பங்கள் ஒன்றாக வாழ்தல் போன்றவையே அநேகமான சந்தர்ப்பங்களில் நடைமுறைச் சாத்தியமானதாகின்றது. முந்திக் கொள்பவர் சிலருக்குத் தனிவீடுகள் கிடைக்கலாம்.

பிள்ளைகளைப் பொறுத்தவரையில் ஆரம்பத்தில் அவர்களுக்கு இடம்பெயர்வு பற்றி அதிகளவு தெளிவு இருக்காது. இடம்பெயர்ந்து செல்வது, அவர்களுக்கு ஒரு பரபரப்பு நிறைந்த, விடுப்பார்வத்தைத் தூண்டுகின்ற ஒன்றாக அமைந்திருக்கும். அவர்கள் இடம்பெயர்ந்த சூழலிலே, முதலில் விளையாடுவதிலும், புதினங்கள் பார்ப்பதிலும், புதிய நண்பர்களை ஏற்படுத்துவதிலும் ஈடுபடுவார்கள். ஆயினும் காலப்போக்கில், தாங்கள் இதுவரை பழகிய சூழல், விளையாட்டுப் பொருள்கள் வாழ்க்கை முறை போன்ற கட்டமைப்புகள் இல்லாமையினால் கஷ்டப்படுவர் சிலவேளைகளில், இவற்றை வழங்குமாறு இவர்கள் பெரியவர்களுக்குப் *பிரச்சினைகளை ஏற்படுத்தத் தொடங்கலாம். தொடர்ந்து சினத்தல், எரிச்சல்ப்படுதல்,* சொல்வழி கேளாமை போன்றவற்றை இவர்கள் காட்டலாம்.

இடம்பெயர்ந்த சூழலில், மாணவர்கள் பாடசாலைக்கு வருகின்ற பொழுது, கல்வியில் ஆர்வமின்மை, ஒதுங்குதல், சோர்வு, வகுப்பறை நிகழ்வுகளில் ஒன்றிக்காது இடர் தரும் நடவடிக்கைகளில் ஈடுபடுதல், கருத்தூன்ற முடியாமை போன்ற வெளிப்பாடுகளைக் காட்டி நிற்பர். மேலும் வகுப்பறையிலும், பாடசாலைச் சூழலிலும் இடம்பெயர்ந்த மாணவர்களுக்கும், ஏற்கனவே படித்துக் கொண்டிருக்கும் மாணவர்களுக்கும் இடையே முரண்பாடுகள், சண்டை சச்சரவுகள், வெறுப்புணர்வுகள் போன்றவை ஏற்படுதலையும், இவர்கள் கூறுகளாகப் பிரிந்து நிற்பதனையும் காணலாம். துர்ப்பாக்கியமாக, சில சந்தர்ப்பங்களில், ஆசிரியர்களும், கல்வி அதிகாரிகளும், இடம்பெயர்ந்த மாணவர்களின் பிரச்சினைகளைப் புரிந்து கொள்ளாது,

அவர்களை வேறுபடுத்தி, புறக்கணித்து, தாழ்வாகப் பார்க்கின்ற நிலைமைகளையும் காணலாம். இம்மாணவர்கள் உண்மையிலே, பல கஷ்டங்களை அனுபவித்த நிலையில், ஒரு புதிய, தாங்கள் பழகாத ஒரு சூழலுக்கு வருகின்றார்கள். பெரும்பாலும் அவர்கள் தாம் பழகிய, முந்திய பாடசாலைக்குச் செல்வதையே விரும்புபவர்களாக இருப்பார்கள். எனவே அவர்களுக்குக் கூடிய கரிசனம், ஆதரவு, சலுகைகள், விட்டுக்கொடுப்புகள் முதலியவை தேவைப்படுகின்றன.

செயற்பாடு

ஒரு வகுப்பில் இருக்கும் பழைய மாணவர்கள் இடம்பெயர்ந்த மாணவர்கள் என்று இரண்டு குழுக்களாகப் பயிற்சியாளர்களைப் பிரிக்கவும். ஒரு வகுப்பறையில் இவர்களுக்கு இடையே இருக்கும் உறவாடல் எவ்வாறு இருக்கும் என்பதனையும்; இவர்கள் எவ்வாறு நடந்துகொள்வர் என்பதனையும் நடித்துக் காட்டவும்.

இதன் பின்னர் இக்குழுக்கள் தங்கள் நடிபாகத்தை மாற்றி பழைய மாணவர் இடம்பெயர்ந்த மாணவராகவும்; இடம்பெயர்ந்த மாணவர் பழைய மாணவராகவும் நடந்து காட்டவும்.

இதனைத் தொடர்ந்து அகதி மாணவர்கள் பற்றிக் கலந்துரையாடலாம்.

வளர்ந்தோரைப் பொறுத்தளவிலும் இடம்பெயர்வு பல சிக்கல்களைத் தோற்றுவிக்கின்றன. பெற்றோர் பாதிக்கப்படும் போது பிள்ளைகளும் அதனால் பாதிக்கப்படுகின்றனர்.

புதியதொரு சூழலில் இயைபாக்கம் கொள்வதற்கு, அவர்களுக்குச் சில பல தடங்கல்கள் இருக்கும். அவற்றுள் முக்கியமானவையாக, வாழ்வதற்கு வேண்டிய அடிப்படை வசதிகளின் தேவை இருக்கும். "*எலி வளையானாலும் தனி வளை வேணும்*" என்பது போல அவர்களுக்கு வாழ்விடம் தேவைப்படும். இடம்பெயர்ந்த இடங்களிலும், அகதிமுகாம்களிலும் தனிமையான இடமின்றிக் குடும்பங்கள் கஷ்டப்படலாம். தமது குடும்ப வாழ்க்கையை அந்தரங்கமாக நடத்துவதற்கு, அன்னியோன்னிய உறவாடல்களை மேற்கொள்ள, சிறு பிணக்குகளைத் தீர்க்க வசதி, சந்தர்ப்பங்கள் இல்லாமல் இருக்கலாம். இதனால் குடும்பங்கள் சிக்கல்களுக்குள்ளாகி அதன் விளைவாகக் குடும்ப உறுப்பினர்களுக்குச் சினம், பொறுமையை இழத்தல், மேலோட்டமான வாழ்க்கை போன்றவை ஏற்படலாம்.

செயற்பாடு

பயிலுநர் சிறு குழுக்களாகப் பிரிந்து ஒருவரின் பாதுகாப்புத் தேவை மீது இடப்பெயர்வு ஏற்படுத்திய தாக்கங்களைக் கலந்துரையாடி அவற்றை வகைப்படுத்தலாம். எல்லோரும் ஏற்றுக் கொள்ளக்கூடிய பொது முடிவுகளுக்கு வர வழிப்படுத்தலாம்.

அடுத்ததாக அவர்களுக்குத் தேவைப்படுவது நிவாரண உதவிகள் ஆகும். ஆயினும் இடம்பெயர்ந்தவர்களுக்குக் கிடைக்கின்ற நிவாரண உதவிகளும் பல சந்தர்ப்பங்களில் உண்மையான அக்கறையோடு இல்லாமல், ஏனோதானோ என்று, செயற்திட்டங்களுக்காக மட்டுமே செயற்படுவதனால், அவை தேவைப்படுபவர்களுக்குப் போய்ச் சேருவதிலும் தடங்கல்கள் ஏற்படும். ஏற்கனவே வேலையின்மையால் கஷ்டப்படுகின்ற நாளாந்தத் தொழிலாளர்களில், நம்பிக்கையீனத்தையும், வெறுப்பையும், விரக்தியையும் இது வளர்க்கும். வேறு சிலர் நேரம் அதிகளவு இருப்பதனால் கிடைக்கின்ற பணத்தையும் மது, போதை எனத் துஷ்பிரயோகம் செய்ய முற்படுவர். மேலும் சிலர், சக்தி குன்றிப் பஞ்சி பிடித்துச் சோம்பேறிகளாகி நிவாரணத்தை எதிர்பார்த்து, அதில் மட்டுமே தங்கி வாழ்பவர்களாக மாறிவிடுகின்றனர்.

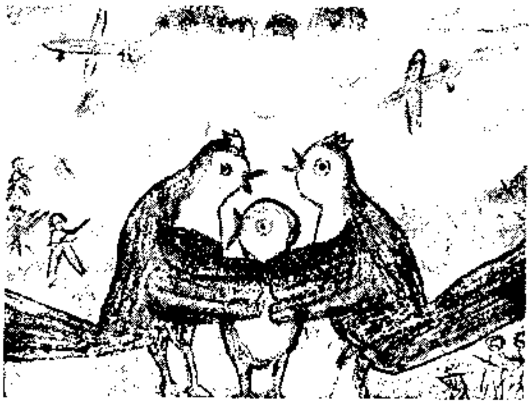
இடம் பெயர்ந்தவர்கள் தங்கள் பழைய வாழ்க்கைக்காக ஏங்குதல் மிகப் பொதுவான ஒரு அம்சமாகும். கால் அளைந்த கடலும், புழுதி மணலும், தோட்டமும் துரவும், வீடும் வளவும், மரங்களும் மற்றும் பிராணிகளும் எல்லாவற்றிற்கும் மேலாக, சுதந்திரமான இருப்பும், வாழ்வும் நினைவுக்கு வரும். "*இனி எப்ப அப்பிடியெல்லாம்..*" என்று மனம் ஏங்கித் தவிக்கும். சிலர் சண்டை சற்றுத் தணிந்தவுடன் வீடு பார்க்கப் புறப்படுவது முண்டு. பல சந்தர்ப்பங்களில் இப்படியானவர்கள் ஆபத்துக்களில், உதாரணமாக மிதிவெடிகளில் மாட்டிக் கொள்வதும் உண்மை. பலர் தாங்கள் வீடு செல்வதாகவும், தங்கள் வீட்டில் வாழ்வதாகவும் கனவுகள் காண்பார்கள். குழந்தைகள் இப்படியான கனவுகளுடன், தங்களது விளையாட்டுக்களிலும், தமது வீடுகளையும், பழைய வாழ்க்கையையும் சேர்த்துக் கொள்வர். சிலவேளைகளில், பிள்ளைகள் புதிய சூழ்நிலையோடு ஒத்துப் போகாமல், விலகி இருக்கவும் தலைப்படுவர்.

"ரவி எங்கடை மகன். ஆண்டு 5 படிக்கிறார். படிப்பில நல்ல கெட்டிக்காரன். விருப்பமும். இடம்பெயர்ந்து வந்தம்!. இஞ்சை வந்தாப்பிறகு இப்ப படிக்கிறானில்லை. விளையாட்டிலையும் நாட்டத்தைக் காணம். சும்மா கதிரைக்குள்ளையும், கட்டிலிலையும் இருக்கிறான், படுக்கிறான். சாப்பாடும் கடமைக்குத்தான். 'படி மோனை' எண்டு சொன்னால், 'சும்மா பேசாமல் இருங்கோ' எண்டு கோவிக்கிறான். இவனை என்னண்டு படிக்கப் பண்ணுறது?! ..ம் !!!"

எமது பிரதேசத்தில் கடந்த 20 வருடங்களாக மாறி மாறி இடப்பெயர்வுகள் ஏற்பட்ட வண்ணமேயுள்ளன. பலர், பல தடவைகள் இடம்பெயர்ந்துள்ளனர். ஏறக் குறைய எல்லா மக்களுமே ஓரிருமுறை இடப்பெயர்ந்துள்ளார்கள். இவர்கள் திரும்பவும் பழைய வீட்டிற்கு வந்தாலும் முந்திய ஸ்திரத்தன்மை, பாதுகாப்பு, வீட்டுடனான உறவு, பற்று என்பன இல்லாமல் வாழ்கின்றார்கள். வாழ்வில் கிடைத்த கசப்பான அனுபவங்களின் பயனாக, இப்போக்கு முனைப்புப் பெற்றிருக் கிறது. ஆயினும் சில வேளைகளில், ஒரு சமூகத்தையே தொற்றிப் பரவுகின்ற தாக்கமான மனநிலையாக இது அமைந்து விடுகிறது.

6.3 சிறுவர்களில் போர் நெருக்கீடுகளின் வெளிப்பாடுகள்

போர் நெருக்கீடுகள் வளர்ந்தோரில் ஏற்படுத்துகின்ற வெளிப்பாடுகளைப் போலல்லாது, சிறுவர்களில் ஏற்படுகின்ற வெளிப்பாடுகள் அவர்களது வயதிற்கும் விருத்திக்கும் ஏற்ப வித்தியாசப்படுகின்றன.



எமது பிரதேசத்திலே, போர் தொடங்கிய ஆரம்ப காலகட்டங்களில், சிறுவர்கள் நெருக்கீடுகளைச் சுலபமாக எதிர்கொள்பவர்களாகவும், குறைந்தளவிலான தாக்கங்களை வெளிக்காட்டுபவர்களாகவும் இருந்தார்கள். இவர்கள், யுத்தத்தின் நடவடிக்கைகளால் பெரிதும் பயந்தார்கள் எனினும், அவ்வாறான சந்தர்ப்பங்களில் எல்லாம், நேரடியானதும், மிகப் பொருத்தமானதுமான எதிர்வினைகளையே காட்டி நின்றனர். சில சந்தர்ப்பங்களில், பெற்றோர் யுத்த நெருக்கீடுகளால் தொழிற்பட முடியாமல் போனபோது, இறந்து அல்லது வேறு விதமாக இல்லாமல் போன சந்தர்ப்பங்களின் போது, சிறுவர்கள் வயது வந்தவர்களின் (பெற்றோரின்) பொறுப்புக்களை ஏற்று நடந்திருக்கின்றார்கள். யுத்தத்தினுடைய நேரடித் தாக்கத்தினைவிட, அதன் காரணமாக உருவான பெற்றோரிடமிருந்து பிரிதல், ஆதரவற்ற உணர்ச்சிச்சூழல், இடப்பெயர்வு, பெற்றோராலும் ஏனைய பெரியவர்களாலும் ஊடுகடத்தப்பட்ட பதற்றம், பதகளிப்பு, துன்பம், இழவிரக்கம், குற்றவுணர்வு போன்ற உணர்வுகளே, சிறுவர்களைப் பொறுத்தவரையில் உளத்தாக்கத்தை ஏற்படுத்துகின்றன.

ஒரு பிள்ளை, தன்னைச் சூழ நடப்பவற்றைப் பற்றிய முழுமையான அறிவையும், அவற்றைப் பற்றிய கருத்து நிலையேற்றத்தையும் அறிந்து கொள்ள முடியாத பருவத்தில் இருக்கையில், உண்மையிலேயே, பெற்றோரும் மற்றோரும் தான், தங்களுடைய வாய் மொழி, உடல்மொழி சார்ந்த நடத்தைகளினாலும், சிறுவர்களுடன் உறவாடும் முறைமைகளினாலும், பிள்ளைகளுக்கு அவர்களைச் சூழ நடப்பவற்றைப் பற்றிய விளக்கத்தையும், அர்த்தத்தையும் கொடுக்கிறார்கள். எனவே, ஒரு பிள்ளைக்கு ஆரோக்கியமான, நம்பிக்கையான, ஆதரவான, பாதுகாப்பான, செழுமையான ஒரு சூழலைக் கொடுப்போமேயானால், அந்தப் பிள்ளை தனக்கு ஏற்படக்கூடிய நெருக்கீடுகளை வெற்றிகரமாக எதிர்கொள்ளும்.

மற்றைய பிரச்சினைகளைப் போலவே போர் நெருக்கீடுகள் ஏற்படுத்தும் உளப் பாதிப்புகள், வடுக்கள் பிள்ளைகளின் உணர்ச்சிகளிலும் அறிவாற்றல் தொகுதியிலும், நடத்தையிலும் பிரதிபலிக்கும் (அத்தியாயம் 7ஐப் பார்க்கவும்). ஆயினும் கீழே குறிப்பிடப்படுகின்ற பாதிப்புகள் போர்ச்சூழலில் பிரத்தியேகமானவை.

தாரணி 6 வயதுப் பெண்பிள்ளை. தரம் 1 இல் கல்வி கற்கின்றார். பாடசாலைக்குச் செல்ல விரும்புவதில்லை. பாடசாலையில் ஏனைய மாணவருடன் சேராமல் ஒதுங்கி இருக்கிறார். பயம், பதட்டம், வெட்கம் போன்ற உணர்வுகளுடன் காணப்படுகிறார். கல்வியில் ஆர்வம் மிகக் குறைவு. பெரும்பாலும் காலையில் பாடசாலை செல்லமுன், வயிற்றுக்குத்து வருகின்றது எனக் கூறுகிறார். தனியாக ஒரு இடமும் செல்லமாட்டார்.

தாரணியின் தாயார் வயிற்றறையில் தாரணி மூன்று மாதக் கர்ப்பமாக இருந்தபோது அவரது கணவரை இராணுவத்தினர் பிடித்துச் சென்றுவிட்டனர். தாரணியின் தாயார் கவலையுடன் காணப்படுகிறார். தாரணியும் தாயாரும் அப்பம்மா குடும்பம், அம்மப்பா குடும்பம், மாமா குடும்பம் ஆகியோருடன் இடம்பெயர்ந்த நிலையில் ஒரு வீட்டில் ஒன்றாக வாழ்ந்து வருகின்றனர். மாமாவிற்கு இரண்டு பிள்ளைகள் உள்ளனர். அப்பம்மா தாரணிக்கு அப்பா வருவார் என்று கூறி வருகின்றார். குடும்பத்தில் உள்ளவர்கள் தாரணியின் அப்பாவைப் பற்றிக் கதைத்துக் கவலைப்படுகின்றனர்.

ஒருமுறை வீதியில் இராணுவத்தினர் செல்லும்போது "அப்பாவை விடுங்கோ" எனத் தாரணி உரத்த குரலில் கத்தினார். இராணுவத்தினரை வெட்டுவன், அடிப்பன் என்று கூறுகின்றார். அப்பாவைக் கூட்டிக்கொண்டு வரும்படி அம்மாவை வற்புறுத்துகிறார். அப்பா வந்து தன்னையும் மோட்டார் சைக்கிளில் பாடசாலைக்குக் கூட்டிச் செல்வார் எனக் கூறுகிறார். அப்பா கனவில் வந்து தன்னைக் கொஞ்சுவதாகக் கூறுகிறார்.

தாரணிக்கும் அவரது தாயாருக்கும் உளவளத்துணை வழங்குவதோடு, தந்தை வரமாட்டார் என்பதைப் பொருத்தமான விதத்தில் பிள்ளைக்கு உணர்த்தலாம். குட்டி யானைக் கதை போன்ற கதைகளைக் கூறுவதன் மூலம் யதார்த்த உணர்வையும், நம்பிக்கையையும் கட்டியெழுப்ப வேண்டும். தந்தையின் இடத்தை, பங்கை எடுப்பதற்கு வேறு பொருத்தமான ஒருவரை (தாயாரின் சகோதரர்) ஈடுபடுத்தல் நன்று. தாரணியின் தந்தையை இழந்த கூட்டுக் குடும்பத்தினருக்கு குடும்ப உளவளத்துணை வழங்கி, குடும்ப மட்டத்தில் இயல்பு நிலையை அடைய உதவி செய்தல் தாரணிக்கு உதவுவதாக அமையும்.

தாரணிக்கு விஷேசமாக மற்றைய பிள்ளைகளுடன் விளையாடச் சந்தர்ப்பமும் ஊக்கமும் கொடுத்தல் இன்றியமையாதது. மேலும், அவளை மற்றவர்களுடன் சேர்ந்து செயற்படவும் வெளியில் கோயில், சமூக விழாக்கள், ஒன்றுகூடல்களுக்குக் கொண்டு செல்லவும் அறிவுறுத்தலாம். தாரணியின் உணர்வுகளை வெளிப்படுத்துவற்கு வரைதல், பாடுதல் போன்ற கலைகளில் ஈடுபட வைக்கலாம்.

6.3.1 நெருக்கீடுகளுக்குப் பிற்பட்ட மனவடு நோய் (Post Traumatic Stress Disorder - PTSD)

போர் அனர்த்தங்களினால் ஏற்படும் உளப்பாதிப்புகளின் வெளிப்பாடுகளில் பிரபல்யம் பெற்ற ஒன்றாக மனவடு நிலை அமைந்துள்ளது. ஒரு கொடூரமான போர் நிகழ்வு (உதாரணமாக, பலரின் அகால மரணம், காயப்படுதல், அங்கவீனப் படுதல், இரத்தப்பெருக்கு, மரண அவஸ்தையைக் காணல், சித்திரவதை, கற்பழிப்பு முதலியன) பீதியுடனும், உதவியற்ற நிலையிலும் உணரப்படும் பொழுது, அது அடிமனதில் ஆழமாகப் பதிந்துவிடுகிறது. இந்தப் பதிவு, மாறாத வடுவாகி, மனதைத் திரும்பத் திரும்ப அந்த நடந்த நிகழ்வை மீள அனுபவிக்க வைக்கும். நடந்த சம்பவம் இரவில் கனவுகளாகவோ, அல்லது விழிப்பான நேரங்களில்

ஞாபகமாகவோ, காட்சி பிம்பங்களாகவோ மனதை ஊடுருவும். சிலசமயங்களில் அந்நிகழ்ச்சி அந்நேரம் நடப்பது போன்ற உணர்வு ஏற்படலாம். அத்துடன் நடந்த நிகழ்வைப் பெரும்பாலும் ஒத்த சம்பவங்கள், தூண்டல்களினால் இவ்வாறான அனுபவங்கள் தூண்டப்படலாம். இப்படியான மீள் அனுபவங்கள் பயப்பீதியுடனும், மனக்கொந்தளிப்புடனும் உணரப்படும். இவ்வாறு பாதிக்கப்பட்டவர்கள் தமது உணர்வுகள் மரத்துப்போன நிலையில், உறவுகொள்ளமுடியாத நிலையில் ஒதுங்கி நடந்துகொள்வர். நித்திரைக் குழப்பங்கள், அதிஜாக்கிரதை, திடுக்கிடல், குரோதம் மற்றும் மெய்ப்பாட்டு வெளிப்பாடுகளும் காணப்படலாம். நடந்த நிகழ்வு மனதால் ஜீரணிக்கப்பட்டு ஏற்கப்பட்டால், அந்த வடு குணமடைந்து, மாறுவதற்கு இடமுண்டு.

பெரியவர்களில் இந்த நிலையை ஓரளவிற்கேனும் கேட்டு ஆராய்ந்து இனங்காண முடியும். ஆனால் பிள்ளைகளில் மனவடுக்களைக் கண்டுகொள்வது சற்றுக் கடினமானதாக இருக்கலாம். பிள்ளைகள் தமது மனச்செயற்பாடுகளைப் பற்றிச் சொல்லவோ, முறைப்படவோ தயங்கலாம். கொடூர நிகழ்வின் மீள் அனுபவமானது அவர்களின் விளையாட்டுக்களில், வரைபடங்களில் அல்லது கதைகளில் வெளிவரலாம். அவர்களின் கனவுகள் பயங்கரக் கனவுகளாக மாறலாம். அவர்களின் மரத்துப்போன நிலையை, ஒதுங்கும் தன்மையை ஆசிரியர் அல்லது பெற்றோர் உன்னிப்பாக அவதானித்துத் தெரிந்துகொள்ளலாம்.

பொதுவாகப் பிள்ளைகள் தாங்கள் எதிர்காலத்தில் எப்படி வரப்போகிறோம் என்ற கற்பனையுடன் காணப்படுவர். நான் வளர்ந்து டொக்ரர் ஆகுவேன்;... நான்

ரமணன் தரம் 5இல் கல்விகற்கும் மாணவன். இவன் தனது தந்தை, தாய், சகோதரன், இரு சகோதரிகளுடன் தனது கிராமத்தில் வாழ்ந்து வந்தான். இவனுடைய 8வது வயதில் தந்தை ஷெல் தாக்குதலிற்கு இலக்காகி இரத்தவெள்ளத்தில் மிதந்ததை நேரில் கண்டான். ஒரு வருடத்தின் பின் மீண்டும் மரண அச்சுறுத்தலை ஏற்படுத்தும் சம்பவம் நிகழ்ந்தது. ஒரு நாள் மாலை இனந்தெரியாதவர்கள் வீட்டிற்குள் புகுந்து ஒரே ஒரு சகோதரனை வெளியே இழுத்துக் கொண்டு வந்து வீட்டிலிருந்தவர்கள் முன் உடலைக் காயப்படுத்தித் தெருவால் இழுத்துச் சென்றனர். இதனால் ரமணனும் தாய் சகோதரிகளும் தங்களுக்கும் இச்சம்பவம் நிகழுமோ என்ற பயத்தில் வேறு இடத்திற்குச் சென்றுவிட்டனர். இழுத்துச் செல்லப்பட்ட சகோதரன் சித்திரவதைக்குள்ளாகி மரணம் அடைந்ததை ரமணன் கேள்விப்பட்டான்.

ரமணன் தற்போது வேறு பாடசாலை ஒன்றில் கல்விகற்கிறான். வகுப்பில் ரமணனின் பயப்பாடு, மிதமிஞ்சிய செயற்பாடு, முர்க்கத்தனம், சத்தங்களுக்குத் திடுக்கிடுதல், ஓடி ஒளித்தல், தடுமாற்றம் ஆகியவற்றை அவதானித்த ஆசிரியர் அவனது தாயாரைச் சந்தித்து மேற்கூறப்பட்ட தகவல்களைப் பெற்றுக்கொண்டார். மேலும் ரமணன் பயங்கரக் கனவுகண்டு நித்திரையில் திடுக்கிட்டு எழுந்து கத்துவான் என்றும் பச்சைநிற ஆடைகளைக் கண்டால் பீதியும், பதட்டமும் அடைவான் என்றும் அடிக்கடி தந்தையையும் சகோதரனையும் நினைத்துக் கொள்கிறான் என்றும் சாப்பாட்டில் விருப்பமில்லை என்றும் தாயார் தெரிவித்தார்.

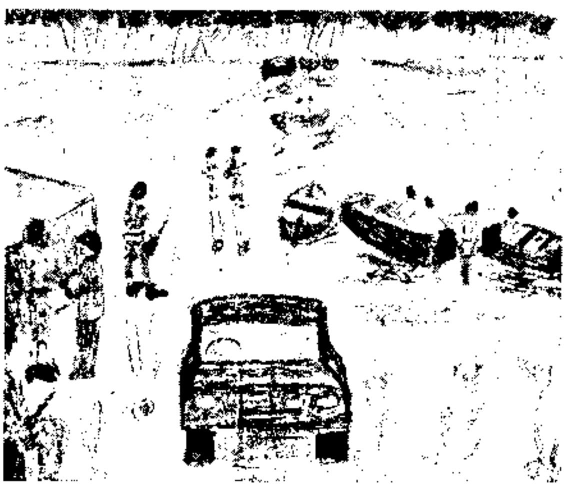
செயற்பாடு

- ராமன் போன்றவர்களை உங்கள் வாழ்க்கையில் சந்தித்து இருப்பீர்கள். இது போன்ற வேறு சம்பவங்களை முன்வைப்பதற்காகச் சிந்தனைக் கிளறலை ஏற்படுத்தலாம். நான்கு அல்லது ஐந்து பேரைத் தாம் எதிர் கொண்ட சம்பவங்களை முன்வைக்கச் சந்தர்ப்பம் வழங்கலாம்.
- பயிற்றுநர்கள் கூறிய சம்பவங்களிலிருந்து பிள்ளையைப் பாதிப்புக் குள்ளாக்கும் காரணிகளையும், அப்பாதிப்புகள் வெளிப்படுத்தும் நடத்தைகளையும் ஒவ்வொன்றாகப் பதிவு செய்து பக்கப்பட்டியில் எழுதலாம். அவற்றைக் கலந்துரையாடுவதற்குச் சந்தர்ப்பம் வழங்கலாம்.
- ராமன் போன்ற பாதிக்கப்பட்ட பிள்ளைகளை ஆசிரியர்கள் கையாள முடியுமா? அல்லது கையாள முடியாதா? என்ற வினாவை முன்வைத்துக் கலந்துரையாட வழிப்படுத்தலாம்.

மாமாவைப் போல என்ஜினியர் ஆவேன்... நான் லொறி டிரைவராகுவேன்... முதலிய திட்டங்கள் மிகப் பொதுவானவை. ஆயினும் பாதிக்கப்பட்ட பிள்ளைகளில் இவ்வாறான எண்ணங்கள், கற்பனைகள் காணப்படாது போகலாம். எதிர்காலத்தைப் பற்றிய நிச்சயமற்ற உணர்வு, தாங்கள் பெரியவர்களாக வருவதைப் பற்றிய ஐயப்பாடு, வாழ்க்கை குறுகியே இருக்கும் போன்ற எண்ணங்களே காணப்படலாம். சகுனங்களுக்கு முக்கியத்துவம் கொடுத்து, எதிர்கால அசம்பாவிதங்களைப் பற்றிய எதிர்பார்ப்புடன் காணப்படலாம்.

6.3.2 வன்மமடைதல்

போர்க்காலச் சூழலில் மூழ்கி வளரும் பிள்ளைகள் போரால் ஏற்படும் அழிவுகள், மரணங்கள், கொடூரமான காட்சிகள், அனுபவங்கள், பயங்கர வன்முறைச் செயல்கள், பாவிக்கப் படும் ஆயுதங்களும், அழிவுக் கருவிகளும் மற்றும் கையாளப்படும் யுக்திகள் போன்றவற்றிற்குப் பழகிவிடுவர். இதன் பிரதிபலிப்பு அவர்கள் யுத்த ஆயுதங்களைப் போன்ற விளையாட்டுப் பொருட் களை நாடுவதில் இருந்தும், அவர்களது அன்றாடப் பேச்சு வழக்கில் கலக்கும் சொற்களில் இருந்தும் அவதானிக்கலாம். '50 கலிபர்', 'செயின் புளொக்', 'சகடை', 'ஹெலி', 'ஏ.கே',



'ஷெல்', 'கிரேனெட்', 'கிளிப்', 'பங்கர்' போன்ற சொற்கள் சர்வசாதாரணமாகி விட்டன. மேலும் 'அவனுக்கு மண்டையில் போட்டால் தான் சரி', 'காதுக்குள்ளே வைக்கவேணும்', 'துவக்குத்தான் இவங்களுக்கு விளங்கும்' போன்ற சொற்றொடர்களையும் கேட்கக்கூடியதாக இருக்கிறது.

இப்படித் தொடர்ச்சியாக வன்செயல்களை அவதானிப்பதாலும், போர்க்கால அசம்பாவிதங்களையும், அதன் விளைவுகளையும் அனுபவிப்பதாலும், சமூக மட்டங்களில் வன்முறைகள் ஏற்கப்பட்டு மதிப்பை ஈட்டியதாலும், வேறு வழிகளைச் செயன்முறைகளில் காணாததாலும், காலக் கிரமத்தில் அவர்கள் வளர்ச்சியடையும் பொழுது அவர்களும் வன்செயல்களையே பிரச்சினைகளைத் தீர்க்கும் ஒரே வழியாகக் கையாள்கின்றனர். சமாதான வாழ்க்கை திரும்பினாலும் இவ்வாறான நீண்டகால விளைவுகள் சீராவதற்குப் பல தலைமுறைகள் எடுக்கும்.

6.4 போர் நெருக்கீடுகளைக் கையாளல்

6.4.1 கதைத்தல்

மாணவர்களுக்கு ஏற்பட்ட அனர்த்தங்களைப் பற்றிக்கதைத்துப் பார்த்தல் நல்லது. அப்படிச் செய்கின்ற பொழுது ஏற்படுகின்ற உணர்ச்சிகளையும், உணர்வுகளையும் பொருத்தமான வழிகளில் வெளியேற்றுவது நல்லது. நடந்த சம்பவங்களை, அதனுடைய யதார்த்தத் தன்மைகளைப் புரிந்து கொள்ள, மெல்ல மெல்ல மனம் ஆற, இவை உதவிசெய்யும். (9.4.1.7 ப் பார்க்வும்)

இப்படியான சம்பவங்களை ஆதரவாகக் கேட்டு ஆசிரியர் அதன் தாக்கங் களைக் குறைக்கலாம். "*சொல்லி அழுது ஆறுதல்*" இது உண்மையில் ஒரு மிகச் சிறந்த வழியாகும்.

ஆனால், யுத்தம் போன்றதொரு பெரிய அனர்த்தத்தினால் ஏற்படுகின்ற நெருக்கீடுகளுக்கு, சில வேளைகளில் நடந்த சம்பவங்களைப் பற்றி அடிக்கடி கதைத்து, அதனால் மாணவர்கள் எவ்வாறு பாதிக்கப்பட்டிருக்கின்றனர், அவர்களுக்கு ஏற்படுகின்ற உணர்வுகள் என்ன என்பதைப் பற்றியெல்லாம் கதைத்து, மெல்ல மெல்ல அவற்றினுடைய தாக்கத்திலிருந்து விடுபடச் செய்ய வேண்டி வரும் (அத்தியாயம் 8, 9ஐப் பார்க்கவும்). மாணவர் ஒருவர், தனது பிரச்சினைகளைப் பற்றிக் கதைக்க வந்தால் "*உது எல்லாருக்கும் நடந்தது தானே! உதைப்பற்றிக் கதைக்க வேண்டாம்*" என்று சொல்லாமல், ஆதரவோடும் பொறுமையோடும், அவரது மனச்சுமையை இறக்கி வைக்க ஆசிரியர்கள் உதவவேண்டும்.

ஒரு கொடூர நிகழ்வில் பாதிக்கப்பட்ட பிள்ளைக்குக் குறிப்பாக, நெருக்கீட்டுக்குப் பிற்பட்ட மனவடு நோயின் அறிகுறிகள் இருக்கும். பிள்ளைக்குச் சம்பவ விவரிப்பு முறை மூலம் (9.4.1.8 ப் பார்க்கவும்) நடந்தவற்றிற்கு முகம் கொடுக்க உதவுதல் நல்ல பயன் தரும். நடந்த சம்பவத்தை திரும்பத்திரும்பச் சொல்ல, அனுபவித்த

உணர்சிகளையும், உணர்வுகளையும் நினைவுபடுத்த நினைவின் விவரங்களை பிள்ளையுடன் ஆசிரியர் அல்லது பெற்றோர் மீட்டெடுக்க உதவலாம். இதனால் காலப்போக்கில் நடந்ததை முழுமையாக ஏற்று அந்தப் பாதிப்பிலிருந்து விடுபடும் நிலைக்கு அப்பிள்ளையைக் கொண்டு வரலாம். இம்முறையை, சம்பவ விவரிப்பு முகம் கொடுத்தல் சிகிச்சை (NET) என்று அழைப்பர்.

6.4.2 செயற்பாடுகள்

இயலுமானவரை சிறுவர்களை, அனர்த்தச் சூழலுக்கு முற்பட்ட நிலைக்குக் கிட்டியதான ஒரு நிலைமைக்குக் கொண்டுவருதல் (சாப்பாடு, விளையாட்டு, படிப்பு.) முக்கியமானதாகும்.

சிறுவர்களைப் பிரயோசனமான சமூக நடத்தைகளில் ஈடுபடுத்தலாம். ஒரு முகாமின், பாடசாலையின் சில பொறுப்புக்களை ஏற்கச் செய்தல், விளையாட்டு, விழாக்கள் போன்றவற்றில் பங்குவகித்தல், குழுக்களாகச் சேர்ந்து படித்தல், சிறிய பிள்ளைகளுக்கு வளர்ந்த பிள்ளைகள் பாடம் சொல்லிக் கொடுத்தல், முதியவர்களுக்கு உதவி செய்தல், தோட்ட வேலைகள், துப்புரவு செய்தல் போன்றனவெல்லாம் சிறுவர்களை உற்சாகமாக வைத்திருப்பதுடன் அவர்களது உளநெருக்கீடுகளுக்கான பிரயோசனமான வடிகால்களாகவும் அமைந்து விடுகின்றன.

செயற்பாடு

பொருத்தமானதும் பிரயோசனமானதுமான சமூக நடத்தைகள் சிலவற்றைச் சிந்தனைக் கிளறல் மூலம் பயிலுநரிடம் கேட்டு அறியலாம். அவற்றை வெள்ளைப் பலகையில் அட்டவணைப்படுத்தி விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்தலாம்

6.4.3 வெளிப்படுத்தல்

உணர்ச்சிகளை அடக்கி வைக்காமல் அவற்றை வெளியேற்றுதல், நீண்ட கால நோக்கில் ஆரோக்கியமானதாகும். எங்களுக்கு முன்னால் ஒரு மாணவர் அழுதால் நாங்கள் பொறுமையுடன் இருந்து, அவரது அழுகையை மறிக்காமல், அவர் ஆறும் வரை ஆதரவுடன் அழவிடலாம். முடிந்தால் கையிலோ, தோளிலோ தொட்டு, பிடித்து "*நான் உன்னுடன் இருக்கிறேன்*" என்ற தகவலைப் பரிமாறலாம். சில வேளைகளில் அடக்கி வைக்கப்பட்ட உணர்ச்சிகள் எதிர்பாராததொரு சந்தர்ப்பத்தில், அல்லது தங்கள் பிரச்சினைகளை அடையாளப்படுத்துகிற, ஞாபகப்படுத்துகின்ற ஒரு வேளையில் பீறிட்டு வரலாம்.

கலை வெளிப்பாடுகள் இவற்றுக்கு உதவி செய்கின்றன. கலைப்படைப்புகளுக் கூடாக, மாணவர்கள் தங்களது உள்ளத்தை வருத்திக் கொண்டிருப்பவற்றிலிருந்து

ஓரளவுக்கேனும் விடுபடுகின்றார்கள். அந்தப் படைப்புகள் பார்ப்பவர்களிலும் ஒரு நெகிழ்ச்சியை ஏற்படுத்தி, தங்களை அடையாளங்கண்டு, அதனூடாகத் தமது உணர்ச்சிகளை வெளியேற்ற உதவிசெய்கின்றன.

வானை என்ன
மறைத்தது?
மலை என்ன
சிதைத்தது?
ஆவி நின்று
துடிக்குது
விளக்கைக்
காற்று
அணைக்குது

செயற்பாடு

இடம்பெயர்ந்த அகதிகள் வீடு தேடி அலையும் காட்சியை நடிபாகம் ஏற்றுச் செய்யுமாறு பயிலுநர்களைக் கேட்கலாம். மிகுந்த கவலையை ஆற்றுவதற்குப் பொருத்தமான பாடல் ஒன்றைப் பயிற்றுநர் பாடலாம்.

சாதாரணமாக வெளியிடப்பட முடியாத உணர்ச்சிகளை, பொருத்தமான, ஓரளவு மற்றவர்களாலும் ஏற்றுக்கொள்ளப்படக்கூடிய முறைகளில் வெளிப்படுத்தலாம். உதாரணமாக மிகுந்த ஆத்திரம் உடைய மாணவர் ஒருவரை, அக்கோபத்தை ஒரு பயனுள்ள செயற்பாட்டில், அல்லது ஒன்றும் இயலாமல் போனால், விரைவாக ஓடிக் களைப்பதன் மூலம் வெளிப்படுத்தச் சொல்லலாம். பிள்ளைகள் படங்கள் கீறுவதன் மூலம் தங்கள் உணர்ச்சிகளை வெளிப்படுத்த உதவலாம். இயன்றவரை ஆதரவான ஒரு சூழ்நிலையில் உணர்ச்சி வெளியேற்றத்திற்கு உதவுவதே நல்லது.

6.4.4 காலம்

அனர்த்தத்தினால் ஏற்பட்ட, மனதின் காயங்களை ஆற்றுவதற்குச் சில காலம் எடுக்கலாம். காலம் காயங்களை ஆற்றும் வலிமையுடையது. அந்தக் கால இடைவெளியைச் சரியான முறையில் கையாள்வது அவசியமானதாகும். போதியளவு ஓய்வு எடுப்பதும், நித்திரை கொள்வதும் முக்கியமானது. இயன்றவரை, சும்மா சோர்ந்து போய் இருக்காது, முன்பு போலப் படிப்புக்கள், மற்றும் ஏனைய ஈடுபாடுகளைத் தொடருதல் ஆரோக்கியமானது. மாணவர்கள் சிலர் இவற்றைக் கைவிடுவதனால், படிப்படியாக ஒரு தங்கி வாழ்கின்ற நிலைமைக்கு ஆளாகின்றனர். இதைவிட, பொழுதுகள் மிஞ்சும் பொழுது அவற்றை விளையாடுதல், கூடிக் கதைத்தல், எழுதுதல், வாசித்தல், சிறு சிறு வேலைகள் செய்தல் எனப் பயன்படுத்தலாம். இடம்பெயர்ந்த பிள்ளைகள் தங்களை ஒத்த வயதினருடன் அளவளாவ, விளையாட விரும்புவர். அதற்குச் சந்தர்ப்பமளிக்கப்படல் வேண்டும்.

6.4.5 சாந்தப்படுத்தல்

மனதைச் சாந்தமான ஒரு நிலையில் கொண்டுவர உதவுதல் வேண்டும். நெருக்கீடுகளுக்குப் பிறகு ஏற்படுகின்ற உள, உடல் விளைவுகளில் பல, மனம் ஒரு இறுக்கமான நிலையில் இருப்பதனாலேயே ஏற்படுகின்றன. அந்த இறுக்கத்திலிருந்து விடுபட்டு ஒரு தளர்வான நிலையில் மனம் இருக்கின்ற பொழுது இந்த உடல் உள விளைவுகளும் குறைந்து போகும். மனதைத்

தளர்வான, சாந்தமான ஒரு நிலைக்குக் கொண்டுவருதல் அவ்வளவு கஷ்டமான, நுணுக்கமான ஒரு விஷயம் இல்லை. கொஞ்ச நேரத்தை ஒரு ஒழுங்கு முறையில் செலவழித்து, சாந்த வழிமுறைகளைப் பின்பற்றலாம்.

விடயங்களைச் சரியாக விளங்கிக் கொள்ளுதல் தீர்வு காண்பதற்கான முதற் படி ஆகும்

தனிமையான ஓரிடத்தில் தளர்வாக இருந்து கொண்டு, இயற்கையை ரசித்தல், நல்ல இசையைக் கேட்டல், ஏதாவது ஒன்றைத் திரும்பத்திரும்ப உச்சரித்தல், உள்ளெடுக்கும், வெளியே விடும் மூச்சைக் கருத்தூன்றி அவதானித்து, ஒரு ஒழுங்கு முறைக்குக் கொண்டுவருதல் போன்ற எளிமையான முறைகள் பயன் தரும். பிராணாயாமம், சாந்தி ஆசனம் போன்ற யோக முறைகளையும், தியானத்தையும் அவற்றில் அனுபவம் உடையவர்களின் துணையோடு பழகலாம். தளர்வான ஒரு நிலைக்கு மனதையும், உடலையும் கொண்டுவரப் பிள்ளைகளைப் பழக்கிவிட்டோம் என்றால் நெருக்கீடுகளை எதிர்கொண்டு, அனர்த்தங்களுடனான தங்கள் வாழ்வைக் கொண்டு செல்லும் வலுவைப் பெற்றுக்கொள்ளலாம்.

6.4.6 அர்த்தம்

நெருக்கீடுகள் கூடி, கட்டுப்பாடுகளுக்குள் இல்லாத, ஒன்றுமே செய்யமுடியாத கையறு நிலைமைகளுக்குள் பிள்ளைகள் அகப்பட்டுக் கொள்ள நேரிடலாம். இப்படியான மிக மோசமான நிலைமைகளிலும், முற்றாக நம்பிக்கையிழக்காது, வாழ்வில் சிறு சிறு இலக்குகளை ஏற்படுத்தி அவற்றினை வெற்றி கொள்வது, "தங்களால் முடிகிறது" எனும் ஒரு தன்னம்பிக்கையினை வளர்க்கும். சில மாணவர்கள் இப்படியான வேளைகளில் மனம் சோர்ந்து போகலாம். வாழ்க்கையில் நம்பிக்கையிழக்காது, தாங்கள் வாழ்கின்றமைக்கான ஒரு தேவையை, அர்த்தத்தைத் தேடியுணர்ந்து கொள்ளல் அனர்த்தச் சூழலுக்குள் உள்ளான பிள்ளைகளுக்கு மிக முக்கியமானதாகும். இது ஒரு வகையில் அவர்களின் வாழ்விற்கு இன்றியமை யாததும் கூட.

அனர்த்தங்களைத் தொடர்ந்த ஒரு சூழலில், குறிப்பாக நெருக்கமாக வாழ்கின்ற அகதிமுகாம் போன்ற ஒரு சூழலில், குடும்பங்களுக்கு என்று இருக்கின்ற சில ஒழுக்க விதிமுறைகள், விழுமியங்கள் அற்றுப் போகின்ற ஒரு நிலைமை ஏற்படலாம். சிறு சிறு சச்சரவுகள், சண்டைகள் வரலாம். சில்லறைக் களவுகள் நடக்கலாம். பாலியல் துன்புறுத்தல்கள், துஷ்பிரயோகங்கள், ஒழுக்கக் கேடுகள் போன்றனவும் இப்படியான சூழல்களில் நிகழ்கின்றதை அவதானிக்கலாம். இவ்வாறான சூழ்நிலை சில தீய வாய்ப்புகளை ஏற்படுத்தலாம் என்பதனால் "*கவனமாக இருத்தல்*" நல்லது. குடும்பம் நொந்து போயிருக்கின்ற, பலவீனமான ஒரு நிலைமையில்,

புதிய பிரச்சினைகளை உருவாக்காமல் இருப்பது தேவையானதே. அலகு 5இல் குறிப்பிடப்படுவது போல, ஆசிரியர் மாணவர்களின் குடும்பப் பின்னணியை விளங்கிக் கொண்டு, குடும்பத்தினருடன் தொடர்பு கொண்டு அவர்களைப் பலப்படுத்தி, குடும்ப இயக்கப்பாடுகள் சீராக நடைபெறுவதற்கு உதவுதல் வேண்டும்.

எங்களுக்கு படிக்கிறதுக்கு மண்ணெண்ணெய்தான் தேவையாயிருந்தது. ஆனால் லாம்பு தந்தார்கள்

6.4.7 புனர்நிர்மாணம்

பொதுவாக ஓரிடத்தில் அனர்த்தங்கள் ஏற்பட்ட பிறகு, பல்வேறு விதமான நிவாரணங்கள் தேவைப்படுவதும், அதனை வழங்குவதற்குப் பல அமைப்புக்கள் முன்வருவதும் நடக்கும். அனர்த்தத்தின் தாக்கத்தினால் சிதைந்து போய் இருக்கின்ற மக்களுக்கு இவ்வாறான உதவிகள் மிகவும் பயனுடையவை. எனினும் சில சமயங்களில் என்ன உதவி வழங்கப்பட வேண்டும் என்பதனை, ஒரு நியமமாக, நிவாரணம் வழங்கும் அமைப்புக்கள் தீர்மானிக்கின்றமையையும் காணலாம். உண்மையாக அங்கு எவ்வாறான உதவிகள் தேவைப்படுகின்றன என்பதை, பாதிப்படைந்தவர்களுக்காக உதவி வழங்குகின்ற நிறுவனத்தின் அதிகாரிகள் தீர்மானிப்பார்கள். இந்த உதவி வழங்கல்களிலும், பல்வேறு விதமான எல்லைப் படுத்துதல்களை அதிகாரங்களில் உள்ளவர்கள் ஏற்படுத்துவார்கள். மேலும், உதவிகள் மாணவரது உண்மையான பிரச்சினையையும், அதற்கான தீர்வையும் நோக்கியதாக இருக்காமல் மேலோட்டமானதாக இருந்து விடுவதையும் காணலாம். "*இப்ப சண்டையில்லைத்தானே. நாங்கள் வீட்டை போறதுக்கு உதவி செய்யுங்கோ*" போன்ற வேண்டுதல்கள் உதாசீனம் செய்யப்படும்.

பசித்தவனுக்கு மீனைக் கொடுப்பதைவிட மீன் பிடிக்கும் முறையைக் கற்றுக் கொடுப்பது சிறந்தது

சிலவேளைகளில் உளப் பாதிப்புக்களைப் பற்றிக் கருதாது வெறுமனே சாப்பாடு, பொருள், பண்டம் என உதவிசெய்வது, காலக் கிரமத்தில் உதவிகளில் தங்கிவாழுகின்ற, உதவிகளுக்காக அடிபடுகின்ற ஒரு நிலைமையை உருவாக்கிவிடும். "*ஓசியில் வருகுது*" என்ற அவாவைவிட, எங்களுக்குத் தேவையானவற்றிற்காக மட்டும் உதவியளிக்கின்ற நிறுவனங்களை அணுகுவதற்குக் குடும்பங்களுக்கும், சமுதாயத்திற்கும் ஆசிரியர் வழிகாட்டுதல் பிரயோசனமானதாக இருக்கும்.

6.4.8 குழுக்கள்

ஒத்த உணர்வுகள் - பிரச்சினைகள் உள்ளோர் (உதாரணமாக விதவைகள், காணாமல் போனோர் குடும்பங்கள்) தங்களுக்குள் குழுக்களாக அமைவதும், அந்தக் குழுக்களிடையே நம்பிக்கையும் ஆதரவும் கொண்ட ஒரு உறவுச் சூழலை

உருவாக்குவதும், பின்னர் அந்தப் பின்புலத்தில் தங்கள் அனுபவங்களைப் பகிர்ந்து கொள்வதும், தாங்கள் தனித்து விடப்படவில்லை என்பதை உணர்ந்து கொள்வதும் நல்ல ஒரு அணுகுமுறையாகும்.

6.4.9 சமூக அணுகுமுறைமைகள்

பெரியளவிலான அனர்த்தங்கள், தனிமனிதர்களோடு, ஒரு சமூகத்தையே ஒட்டு மொத்தமாகப் பாதிக்கின்றது. திருப்பித் திருப்பி நடைபெறுகின்ற, தொடர்ச்சியான ஒரு யுத்த சூழ்நிலையால் தமிழ்ச் சமூகம் பாதிக்கப்பட்டிருக்கிறது. பாதிப்புக்குள்ளான ஒரு சமூகம், அதற்கெனப் பல இயல்புகளைக் காட்டி நிற்கும். மந்தை இயல்பூக்கம், மறுப்பு நிலை, சமூக விழுமியங்கள், நியமங்களின் சிதைவு, சமூக முன்னேற்றத் துக்கான உற்சாகமின்மை, சமூகச் சீரழிவுகள் என்பன இவற்றுள் சிலவாகும். இப்படியான சமூக நிலைமைகளை *நோயுற்ற சமூகம்* எனவும் *சமுதாயவடு* எனவும் அழைக்கிறார்கள். இவை இறுதியிலே சிறுவர்களை, அடுத்து வருகின்ற சந்ததியினரையே, தாக்கத்திற்கு உள்ளாக்கக்கூடியன.

நோய்வாய்ப்பட்ட சமூகம் ஒன்றில் ஆரோக்கியமாக வாழ்வது சாத்தியமா?

ஒரு சமூகமே பிரச்சினைப்பட்டுக் கொண்டிருக்கின்ற பொழுது, சமூகத்தை மையப்படுத்துகின்ற அணுகு முறைகளும், பொதுவான நெருக்கீடுகளைக் குறைப்பதில் பங்கு வகிக்கும். கலாசார ரீதியிலான சடங்குகள், திருவிழாக்கள், செத்தவீடு, கலியாணவீடுகள் போன்ற சமூக ஒன்றுகூடல்கள், மக்கள் சந்தித்துக் கொள்ளவும், தங்களுக்கிடையே உணர்வுகளைப் பகிர்ந்து கொள்ளவும், வாழ்க்கைக்கு ஒரு அர்த்தத்தைத் தேடிக்கொள்ளவும் உதவக்கூடும். விளையாட்டுக்கள், கூட்டங்கள், கதை சொல்லல்- கேட்டல், ஆடிப்பாடுதல், நாடகம், கூத்து போன்ற நிகழ்வுகள் ஒழுங்காக நடைபெறுவதால் சமூக மட்டத்தில் உணர்வுகளை வெளியேற்றி, நெருக்கீட்டைக் குறைத்துக்கொள்ள வழிவகுக்கும்.

உள்ளே கிடந்து புகைகின்ற (உதாரணமாக, காணாமற் போனோர்) பிரச்சினைகளுடன் தொடர்புடையதாய், சமூக மட்டத்திலே அங்கீகாரம் பெறக்கூடியவாறான ஒரு முறைமை - சடங்கு - இருத்தல் நல்லது. எங்களிடம் உள்ள நூல்கட்டுதல், பார்வை பார்த்தல், வாக்குச் சொல்லுதல் போன்ற சடங்குகள் ஒருவகையில் இப்படியான தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்வதனைக் காணலாம். ஆசிரியர்கள் பாடசாலைச் செயற்பாடுகளுடன் மட்டும் நின்றுவிடாது, இவ்வாறான சமூக நடவடிக்கைகளுக்கும் ஒழுங்கு செய்து, ஆதரவளித்துத் தலைமை தாங்கலாம்.

6.5 முடிவுரை

அனர்த்தங்களுக்குள்ளான மாணவர்களுக்கு உதவுவதற்கு ஆசிரியர்கள் போர் அனர்த்தங்கள் நெருக்கீடுகளை எவ்வாறு ஏற்படுத்துகின்றன என்பதனையும், அந்த நெருக்கீடுகளை மாணவர்கள் எவ்வாறு எதிர்கொள்ளலாம் என்பதனையும் பற்றி அறிந்து கொள்ளுதலும், விழிப்புணர்வு பெற்றுக்கொள்ளுதலும் அவசியமானது. இந்த அறிவும் விழிப்புணர்வும் மாணவர்களுக்கு உதவும் ஆசிரியர்கள் பயன்படுத்தக்கூடிய ஒரு ஒழுங்கான அடித்தளத்தைக் கொடுக்கும்.

நெருக்கீடுகளின் தாக்கங்கள் சிறுவர்களின் தாங்கும் சக்திக்கும், சமாளிக்கும் தன்மைக்கும் அப்பாற்பட்டு, தீவிர பாதிப்புக்களை ஏற்படுத்தலாம். இப்படியான நிலைமைகளில் தகுந்த வகைகளில் உதவி செய்ய, தேவைப்படின் தகுந்த இடங்களுக்கு அவர்களை வழிப்படுத்த ஆசிரியர்கள் தயங்கக் கூடாது. பிரச்சினைகளை ஆரம்பத்திலே அடையாளங்கண்டு உதவியளித்தலே நல்லது.

PDF Reducer Demo

மீள் புனரமைப்பு

தூர்ந்து போன பதுங்கு குழிகளாக
துயரம் நிறைந்த வாழ்வு தானா
திகிலூட்டும் நினைவுகள்
இனியாவது நீங்குமா?

7
பிரச்சினைகள்

- நெருக்கீட்டுக்கான காரணங்கள் யாவை?
- நெருக்கீடு சிறுவர்களில் ஏற்படுத்தும் பாதிப்புக்கள் யாவை?
- நெருக்கீட்டுக்குள்ளான சிறுவர்களை எங்ஙனம் இனம் காணலாம்?
- ஆசிரியர்கள் கையாளக்கூடிய பிரச்சினைகள் யாவை?

7.1 அறிமுகம்

PDF Reducer Demo

சாதாரண [illegible], பிள்ளைகள் தமது நாளாந்த வாழ்க்கையில் பலதரப்பட்ட உளசமூகப் பிரச்சினைகளுக்கு முகங்கொடுக்கின்றனர். ஆயினும், பெரும்பாலானோர் அவற்றைச் சாதகமாகவே எதிர்கொள்கின்றனர். சில நேரங்களில் பிள்ளைகள் மற்றையவர்களின் ஆதரவு உதவியுடன், குறிப்பாகப் பெற்றோரின் உதவியுடன், பிரச்சினைகளைக் கையாளுகின்றார்கள். துரதிர்ஷ்டவசமாகச் சில பிள்ளைகளில் இவ்வாறான உளசமூகப் பிரச்சினைகள் பாதிப்புகளை ஏற்படுத்துகின்றன. நாம் இப்பிள்ளைகளின் பின்னணியை ஆராய்ந்தால் அவர்களுக்குப் பெற்றோரின் ஆதரவு கிட்டாமல் போயிருக்கலாம் அல்லது பெற்றோரே பிரச்சினையைக் கொடுத்திருப்பர். சில பிள்ளைகளின் தாங்கும் சக்தி இயல்பாகவே குறைவாகக் காணப்படும். அவர்கள், பாதகமான கையாள்கையை மேற்கொள்வதை அவதானிக்கலாம். வேறு பிள்ளைகளில் அடுத்தடுத்து வரும் பிரச்சினைகள் அல்லது தொடர்ச்சியான பிரச்சினைகள் பாதிப்புகளை ஏற்படுத்துகின்றன. ஆனால் பிள்ளைகளைச் சற்று அவதானித்து, அவர்களின் சூழ்நிலைகளை ஆராய்ந்து மதிப்பிடுவதால் ஆசிரியர் பிரச்சினைக்குரிய விடயத்தை அறிந்து பயனுள்ள உதவிகளை வழங்கலாம்.

இவ்வாறான நாளாந்தப் பிரச்சினைகளைவிட எமது பிரதேசம் போர், வன்செயல்கள் என்பவற்றின் விளைவாகச் சமூக, பொருளாதார, கலாசாரச் சீர்கேடுகளால் பாதிக்கப்பட்டுள்ளது. இத்தகைய நெருக்கீடான நிலைமைகளுக்குப் பிள்ளைகள் முகங்கொடுக்கவேண்டியவர்களாகின்றனர். பயங்கரமானதும், வேதனைக்குரியதுமான அனுபவங்களுக்குப் பின்னர் பிள்ளைகள், நெருக்கீட்டால் ஏற்படும் பிரதிபலிப்புகளை உடல், உள, நடத்தை மாற்றங்கள் மற்றும், கற்றல் செயற்பாடுகளில் பின்னடைவு என்பன மூலம் வெளிக்காட்டுவது இயற்கையே. எனவே இப்பிரதேச ஆசிரியர்கள், பலவிதமான நெருக்கீட்டிற்குள்ளான பிள்ளைகளை இனங்காண்பதற்கான வழிமுறைகளை அறிந்துகொள்வதுடன் அவற்றின் தாக்கத்தை நிவர்த்தி செய்யும் உதவிகளைப் பற்றியும் அறிந்திருத்தல் வேண்டும்.

மன அழுத்தத்தை ஏற்படுத்தக்கூடிய சூழ்நிலைகளிலும், தமது உள்மனதில் ஏற்படும் போராட்டங்களின்போதும் பிள்ளைகள், தமது எதிர்வினையைக் காட்டுகிறார்கள். அவர்கள் பயப்படுதல், இரவில் கனவுகண்டு திடுக்கிடுதல், தமது நகங்களைக் கடித்தல் போன்ற பல்வேறுவிதமான குறியீட்டு வடிவிலான பிரதிபலிப்புகளை வெளிப்படுத்துவார்கள். இவர்கள், அச்சுறுத்தப்படுகையில் வன்முறையை அல்லது ஒதுங்குதலை வெளிப்படுத்துபவர்களாகவும், கற்றலில் இடர்ப்பாடுகளைக் கொண்டவர்களாகவும், மெய்ப்பாட்டு முறைப்பாடுகளைக் கொண்டவர்களாகவும் காணப்படலாம். இவ்வாறான வெளிப்பாடுகள் நாளடைவில் பிள்ளையின் உள, உடல் விருத்தியைப் பாதிக்கும். இவர்கள் பாடசாலையில் தமது திறன்களை வெளிப்படுத்தி, மனப்பாங்கு விருத்தியுடன் நல்லறிவு மிளிரும் நற்பிரஜைகளாக வளரவேண்டுமானால், ஆசிரியர்கள் இவர்களது நடத்தைகளை அவதானித்துப் பிரச்சினைகளை அறிந்து அவற்றை எதிர்கொள்ள உதவுவது அவர்களின் கடமையாகும். இதை விளக்குவதே இந்த அத்தியாயத்தின் நோக்கமாகும்.

7.2 பாதிக்கப்பட்ட பிள்ளையை இனங்காணும் வழிமுறைகள்

- *இனங்காண்பதற்கு எவ்வெவ் வழிமுறைகளைக் கையாளலாம்?*

பிள்ளைகள் வாழ்க்கையில் ஏதோ ஒரு கட்டத்தில் ஏதோ ஒரு விதத்தில் நெருக்கீட்டிற்கு உள்ளாகின்றனர். நெருக்கீட்டின் விளைவுகள் ஒவ்வொரு பிள்ளைகளிலும் வேறுபட்டு அமைகின்றன. பிள்ளைகள் அவர்களுக்கு ஏற்படுகின்ற பிரச்சினைகள் அல்லது நிலைமைகளுக்கு முகங்கொடுக்க முடியாதுள்ள போது நெருக்கீடு உருவாகின்றது. நெருக்கீட்டிற்குள்ளாகும் பிள்ளைகள் தமது பாதிப்பை வெவ்வேறு விதமாகப் பிரதிபலிப்பார்கள்.

மேலும், சிறுவர்கள் தமது வாழ்க்கையின் நன்னிலைக்கு பல அத்தியாவசியத் தேவைகளை வேண்டி நிற்கின்றனர் (அலகு 1ஐப் பார்க்கவும்). உணவு, உடை, உறையுள், அன்பு, பாதுகாப்பு, கணிப்புப் போன்றவை இவற்றுள் அடங்கும். இவை

சரியாகக் கிடைக்காவிடில் பிள்ளைகளின் சாதாரண வளர்ச்சி பாதிப்புறும். அத்துடன் எதிர்காலச் செயற்பாடுகளில் பிறழ்வுகளும் ஏற்படலாம்.

உதாரணம் :- தாய், தந்தையை இழந்த ஒரு பிள்ளைக்கு அடிப்படைத் தேவைகள் உரிய முறையில் வழங்க ஒருவரும் இல்லாமல் போகலாம். அன்புத் தேவையை ஒருவரும் வழங்க முன்வரவில்லையாயின் அப்பிள்ளை அன்பு என்ற சொல்லின் தன்மையையும் அறியாது இருக்கும். அப்பிள்ளை பாடசாலையில் அருகில் இருக்கும் பிள்ளைகளுடன் சண்டை செய்து கொண்டிருக்கலாம். எதிர்காலத்தில் தன்னுடைய குடும்பம் மீது அன்பைச் செலுத்துவது கடினமாக இருக்கலாம். சூழலில் அதிகம் வன்செயல்களில் ஈடுபட்டுக்கொண்டிருக்கலாம். இது போலவே ஏனைய தேவைகள் பூர்த்தி செய்யப்படாவிடின் நிகழ்கால, எதிர்கால வாழ்க்கையில் சக நண்பர்கள் மற்றும் உறவினருடன் வன்முறையான நடத்தைகளில் ஈடுபடுவதற்கான சந்தர்ப்பங்கள் தோன்றலாம்.

பாதிக்கப்பட்ட பிள்ளைகளை இனங்காண்பதற்கு அவர்களை உன்னிப்பாக அவதானித்தலும் அவர்களின் பின்னணியைக் கரிசனையுடன் ஆராய்தலும் அத்தியாவசியமானவை. விசேடமாக, பிள்ளைகளில் முன்பிருந்த செயற்பாடுகள், நடத்தை முதலியவற்றில் மாற்றங்கள் ஏற்பட்டால், அல்லது முந்திய கல்விச் செயற்பாடுகளில் இருந்து பின்னடைவு ஏற்பட்டால் அவை கூடிய முக்கியத்துவம் பெறுகின்றன. ஒரு பிள்ளையின் நடத்தையை மற்றைய வகுப்பு மாணவர்களின் நடத்தையுடன் ஒப்பிட்டுப் பார்ப்பதற்கு ஆசிரியருக்கு நல்ல வாய்ப்பு இருக்கின்றது. பிள்ளையின் வயதிற்கும் விருத்திக்கும் ஏற்ற நடத்தைகள் காணப்படுகின்றனவா? அல்லது அவை அசாதாரணமாக அமைகின்றனவா? என ஆசிரியர் அவதானிக்கலாம். பிள்ளைகள் பிரயோகிக்கும் சொற்பதங்கள், வரையும் படங்கள், வெளிப்படுத்தும் நடத்தைகள் என்பவற்றைக் கேட்டும், அவதானித்தும் அசாதாரண பிரதிபலிப்புகளை அறிந்து கொள்ள முடியும். தனியாகவோ அல்லது குழுவாகவோ அவர்கள் விளையாடும் போதும் இவற்றை அவதானிக்கலாம்.

உதாரணமாக, பிள்ளைகள் விளையாடும் பொழுது பாதிப்புடைய பிள்ளைகளின் முகம் வாட்டமடைவதையும், அவர்கள் அந்த விளையாட்டைவிட்டு ஒதுங்குவதையும் அவதானிக்கலாம். மேலும் பிள்ளைகள் சிலசமயங்களில் குடும்பப் பாத்திரங்களை ஏற்று விளையாடுவதும் உண்டு. இதில் தந்தையை இழந்த அல்லது பிரிந்த பிள்ளை விளையாட்டைக் குழப்பலாம். அப்பா என்ற பாத்திரமில்லாமல் விளையாட முற்படலாம். விளையாடும் பொழுது தந்தையுடன் தொடர்புடைய எண்ணங்கள் அப்பிள்ளையைக் குழப்பியிருக்கலாம். அத்துடன் தந்தையின் முன்மாதிரி அவருக்குக் கிடைக்காது விட்டிருக்கலாம்.

மேலும், சில பிள்ளைகள் விளையாடும் போது தமது கருத்துகளை வலியுறுத்தி வைப்பதுடன் எல்லாவற்றையும் தாமே நடத்துவதற்கு எத்தனிப்பார்கள். உதாரணமாக, பசுவும் புலியும் விளையாட்டில் ஒவ்வொரு சுற்றிலும் "புலி என்ற பாத்திரத்தை நானே ஏற்கவேண்டும்" என்று கூறும் பிள்ளைகள் இருக்கலாம். ஒரு சில பிள்ளைகள்

விளையாட்டை முழுமையாக விளையாடி முடிக்காமல் மற்றைய விளையாட்டை விளையாடுவதற்குப் போகலாம். இங்கே பார்க்கப்பட்ட சொற்பதங்கள் நடத்தைகள் போன்று வேறு பலவற்றையும் பிள்ளைகள் மத்தியில் அவதானிக்கலாம். இவற்றை அவதானிப்பதுடன் மட்டுமன்றி இந்நடத்தை மாற்றத்திற்கான காரணங்களை ஊகித்தறியவும் முயற்சிக்க வேண்டும். பிள்ளையின் மனதில் மேலும் பாதிப்பை ஏற்படுத்தாத முறையில் பிள்ளையின் பின்னணி, குடும்பம் பற்றிய தகவல்களைக் கேட்டறியலாம். இதற்காகப் பிள்ளையிடத்தில் நம்பிக்கையை ஏற்படுத்துவதுடன் மேலும் பல விடயங்களை அறிவதற்கு பாராட்டுதல், தட்டிக்கொடுத்தல், கருத்துகளை முன்னெடுத்துக் கொடுத்தல், பெற்றோருடன் கலந்துரையாடல் போன்ற வழிமுறைகளையும் கையாளலாம். இவற்றைவிட, தற்போதைய, முன்னைய ஆசிரியரை அணுகி மாணவரின் முந்திய குணம், நடத்தைகள், தற்போதைய மாற்றங்கள் போன்ற விபரங்களை அறியலாம்.

புதிய கல்விச் சீர்திருத்தத்தில் ஆரம்ப வகுப்பில் பதியப்பட்டு, மாணவருடன் ஒவ்வொரு தரத்துக்கும் கொண்டு செல்லப்படுகின்ற அடிப்படையான பின்னணி விபரங்கள் இவ்வாறான ஆராய்தலுக்கு முதற்படியான முக்கிய தகவல்களைத் தரும். தேவையான மேலதிக தகவல்களை மேற்குறிப்பிட்ட முறைகளில் கேட்டும், அவதானித்தும் அறிந்துகொள்ளலாம்.

ஒரு பிள்ளை நேரடியாக அனுபவித்த அல்லது கண்ட நிகழ்வுகளையும், மற்றவர்களிடம் இருந்து கேட்டறிந்தவற்றையும், தனக்கு யாதாயினும் நடக்கப் போகிறது என்ற பயத்துடன் எதிர்பார்க்கின்றவற்றையும் ஆசிரியர்கள் வேறுபடுத்தி நோக்குதல் அவசியமானதாகும். நடத்தை மாற்றத்திற்கு முன் நடந்த நிகழ்வுகளைப் பற்றி ஒழுங்காக உறுதிப்படுத்தவும். அதாவது, ஒரு சம்பவத்திற்குப் பிறகு (உதாரணமாக தந்தையின் வெளிநாட்டுப் பயணம், பாடசாலை மாற்றம், சோதனைப் பெறுபேறுகள் குறைவு) பிள்ளையில் மாற்றம் ஏற்பட்டிருந்தால், அதுவே மாற்றத்திற்குக் காரணம் எனத் தீர்மானிக்கலாம். இதைவிட, திரும்பத் திரும்ப நிகழும் ஒரு நடத்தைக்குப் பிறகு என்ன நடக்கின்றது? அதன் விளைவு அல்லது பயன் என்ன? என்று ஆராய்ந்து பார்க்கலாம். உதாரணமாக, பிள்ளைக்குக் குறிப்பிட்ட நடத்தையால்

செயற்பாடு

- ஆசிரியர் பாடசாலையில் மாணவர்களிற்கு விருப்பமான விளையாட்டு ஒன்றை விளையாட விடலாம்.
- அவ்வேளை அவதானித்தலின் ஊடாக நெருக்கீடுகளால் பாதிக்கப்பட்ட பிள்ளையை உடல் தோற்றப்பாடுகள் மூலமும் நடத்தைகளின் மூலமும் இனங்காணலாம்.

  உதாரணம்: சோர்வு, முகவாட்டம்
- அதன் பின் ஆசிரியர் பாதிக்கப்பட்ட பிள்ளையை இனங்காணும் வழிமுறைகள் மூலம் பிள்ளையின் நெருக்கீடான சூழலைப் பற்றி அறிந்து கொள்ளலாம்.

கூடிய கவனம் கிடைத்தால், அந்தப் பிள்ளைக்குக் கவனம், கரிசனை தேவைப்படுகின்றது என்று எண்ணலாம். பல தடவைகளில் காலை நேரத்தில் ஏற்படும் வயிற்றுக்குத்து ஒரு மாணவனைப் பாடசாலைக்குச் செல்லாமல் நிற்க உதவினால், அந்த மாணவனுக்கு வகுப்புக்கு அல்லது பாடசாலைக்கு வருவதில் ஏதோவொரு பிரச்சினை இருப்பதாக ஊகிக்கலாம். அது என்னவாயிருக்கும் என்று தொடர்ந்து ஆராய்வது நல்லது. பலதரப்பட்ட நெருக்கீடுகளுக்கு முகங்கொடுக்கும் பிள்ளையில் ஏற்படும் பிரதிபலிப்புகள் ஒரேமாதிரியாக இருப்பினும் உண்மையாக "என்ன நடந்தது?" என்பதைத் தெரிந்துகொள்ள வேண்டும். ஏனெனில் சரியான காரணங்களைக் கண்டுபிடித்தால் தகுந்த உதவியளித்தல் சுலபமாகிறது. அது பயனுடையதாயும் இருக்கும். நெருக்கீடுகளால் பிள்ளைகளில் ஏற்படும் பிரதிபலிப்புகளை விளங்கிக் கொள்வதற்கு முதற்படியாக மூன்று முக்கிய விடயங்களைத் தெரிந்துகொள்வது அவசியமாகும்.

- *என்ன விதமான அனுபவத்திற்குப் பிள்ளை முகங்கொடுத்துள்ளது?*
- *இந்த அனுபவங்களைப் பற்றிய பிள்ளையின் உணர்ச்சிகள் என்ன?*
- *இந்த அனுபவங்களில் எது அல்லது எவை பிள்ளைக்குக் கூடுதலான பாதிப்பைக் கொடுக்கிறது?*

இறுதியில், ஆசிரியர் பிள்ளையின் பின்னணி, குடும்பச்சூழல், அனுபவங்கள், நடந்த நிகழ்வுகள் போன்றவற்றை ஆராய்ந்து பிள்ளையின் தற்போதைய நிலைமையை விளங்கிக்கொள்ள வேண்டும்.

7.3 நெருக்கீடுகளை ஏற்படுத்தும் காரணிகள்

- *நெருக்கீட்டை ஏற்படுத்தும் காரணிகள் எவை என நீங்கள் கருதுகின்றீர்கள்?*

இன்றைய சூழ்நிலையில் பிள்ளைகள் பல்வேறுபட்ட பிரச்சினைகளுக்கு முகங்கொடுத்து வருகின்றனர். இச்சூழலில் வளரும் பிள்ளைகளின் அடிப்படைத் தேவைகள் நிறைவேற்றப்படாத பட்சத்தில் அவர்களின் சாதாரண வளர்ச்சியும் விருத்தியும் பாதிப்படைகின்றன. இவர்களின் உடல்நலத்தையும் நன்னிலையையும் பாதிக்கும் காரணிகளை நோக்குவோம்.

7.3.1 உளசமூகக் காரணிகள்

- **குடும்பப் பிரச்சினைகள்**
- **பிரிவு**
- **இழப்பு**
- **வறுமை**
- **போசாக்கின்மை**
- **நோய்கள்**

நல்லதோர் வீணை

தவ	:-	தயங்கிய வண்ணம் வருகிறாள்
ஆசிரியர்	:-	தவ, இண்டைக்கு 'குட்மோனிங்' சொல்லேல.
தவ	:-	'குட் மோ..னிங்..' பின் வாங்கில் அமர்கிறாள்
ஆசிரியை	:-	(தவவை உற்று நோக்கியபடி அருகில் வந்து அணைத்தவாறு வேறு அறைக்குள் கூட்டிச் செல்கின்றார்)
		முகம் வாடி இருக்குது. சாப்பிட்டீங்களா?
தவ	:-	(தயங்கியபடி) இல்லை ரீச்சர்.
ஆசிரியை	:-	இந்தாம்மா இதைச் சாப்பிடு (தன்னிடம் இருந்த உணவைக் கொடுக்கின்றார்)
தவ	:-	சாப்பிட்டிட்டன் ரீச்சர் (கண்களிலிருந்து கண்ணீர் வழிந்தது)
ஆசிரியை	:-	என்னம்மா! (அருகில் அணைத்தபடி அமர்கின்றார்)
தவ	:-	பயமாய் இருக்குது ரீச்சர். இரா, அப்பா குடிச்சிட்டு வந்து அம்மாவையும் அடிச்சு, சட்டி பானையையும் உடைச்சுக் கொண்டிருப்பார்.
ஆசிரியை	:-	உங்களிற்கும் அடிக்கிறவரா?
தவ	:-	நேற்றிரவு குடிச்சிட்டு வந்து என்னை மரத்திலை கட்டிப்போட்டு அடிச்சவர். (தவ கையிலுள்ள காயங்களைக் காட்டுகிறாள்)
ஆசிரியை	:-	(தன்னிடமுள்ள கை மருந்தை எடுத்து காயத்தில் தடவியபடி) வலிக்குதா?
தவ	:-	இல்லை. (புன்முறுவலுடன் கூறினாள்)
ஆசிரியை	:-	இண்டைக்கு பின்னேரம் உங்கட வீட்டை வந்து அம்மாவோட கதைக்கிறன்.
தவ	:-	ஓம் ரீச்சர். அப்பா நிக்கமாட்டார். வாங்கோ
ஆசிரியை	:-	ஓம். தவ போயிருந்து படியுங்கோ.
தவ	:-	நன்றி ரீச்சர்.

செயற்பாடு

- மேற்குறிப்பிட்ட உரையாடலில் பாதிக்கப்பட்ட பிள்ளையை இனங்கண்டதற்கு ஆசிரியர் அணுகிய முறையை மதிப்பீடு செய்யப் பயிலுநரை வழிப்படுத்தலாம்.
- மதிப்பீடு செய்யப்பட்ட பொருத்தமான அணுகுமுறைகளின் சிறப்பம்சங்கள் பற்றிய கலந்துரையாடல் ஒன்றை நடாத்தலாம்.
- நெருக்கீட்டிற்கு உள்ளான பிள்ளையை இனங்காண்பதற்கு ஆசிரியரின் அன்பு, ஆதரவு, கரிசனையான உரையாடல் மற்றும் உணர்ச்சிகளைப் புரிந்துகொள்ளலின் முக்கியத்துவத்தை வலியுறுத்தலாம்.

- சமூகப் பிரச்சினைகள் (சாதி, மதம்)
- சிறுவர் துஷ்பிரயோகம்
- வன்செயல்கள்
- போர்
- இடப்பெயர்வு
- இடர்ப்பாடான கல்விச்சூழல்
- பொருத்தமற்ற வீட்டுச்சூழல்
- இயற்கை அனர்த்தங்கள்
- சூழல், சுகாதாரப் பிரச்சினைகள்
- மதுபாவனை

7.3.1.1 குடும்பக் காரணிகள்

ஒரு பிள்ளையின் ஆளுமையானது அதன் குடும்பத்தில் நிலவும் உணர்வுபூர்வமான சூழ்நிலையின் தன்மையைப் பொறுத்து மாறுபடுகின்றது (அலகு 5ஐப் பார்க்கவும்). பொதுவாக உளசமூகப் பிரச்சினையால் பாதிக்கப்பட்ட குடும்பங்களில் வாழும் பிள்ளைகளின் அடிப்படைத் தேவைகள் பூர்த்தி செய்யப்படுவதில்லை. இதனால் பிள்ளைகள் பல்வேறுபட்ட பிரச்சினைகளுக்கு முகங்கொடுக்க வேண்டியவர்களாகின்றனர். அதைவிட, பாதகமான முன்மாதிரிகள், பிள்ளை வளர்ப்பு முறைகள், தவறான விழுமியங்கள் போன்றவை பிள்ளைகளைப் பிறழ்வான பாதைகளில் இட்டுச் செல்லும்.

தாய் அல்லது தந்தை மட்டும் உள்ள குடும்பம் (ஒற்றைப் பெற்றோர்), பல பிள்ளைகளைக் கொண்ட பெரிய குடும்பம், மது துர்ப்பாவனை உடைய பெற்றோர்கள் உள்ள குடும்பம் ஆகியவை பிள்ளைகளிடம் பாதிப்பை ஏற்படுத்தும். தாய் அல்லது தந்தை மட்டுமே உள்ள குடும்பத்தில் பிள்ளையின் அடிப்படைத் தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்வது கடினமான ஒன்றாக இருக்கும். அத்துடன் தாங்கள் இழந்த தாய் அல்லது தந்தையின் மாதிரியைப் பின்பற்றமுடியாமையினால் எதிர்காலத்தில் அவ்வப் பாத்திரங்களை நிறைவேற்ற முடியாமல் போகலாம். மதுபாவனையால் ஏற்படும் நடத்தை மாற்றங்கள், அவற்றினூடான உறவு மாற்றங்கள் என்பன இளஞ்சிறுவர்களை நேரடியாகப் பாதிக்கின்றது. மதுபாவனையின் விளைவால் வருமானம் பாதிக்கப்பட்டு பொருளாதார நிலைமைகள் மேலும் மோசமடைகின்றது. அதுமட்டுமன்றி இப்படியான பெற்றோரில் எதிர்வுகூறமுடியாத பயமூட்டுகின்ற திடீர் திடீர் என மாறும் இயல்புகளைப் பிள்ளைகள் காண்கின்றனர். தமது பாதுகாப்புணர்வு குழம்பிப் போவதை அறிகின்றனர்.

சிறியசிறிய விடயங்களில் அதிகூடிய கவனம் செலுத்தும் பெற்றோர்களால் பிள்ளைகள் சுதந்திரமாக இயங்க முடியாமல், அவர்களின் இயல்பான விருத்தி தடைப்படுகின்றது. அவர்களுக்குத் தமது சொந்த உணர்வை உபயோகித்துச் செயற்படுவது பற்றிப் பயிற்சி கிடைத்திருக்கமாட்டாது. மிக ஆரம்பக்கட்ட சமூகத்

நல்லதோர் குடும்பம் பல்கலைக் கழகம்

தேர்ச்சிகள் தெரிந்திருக்காது. அவர்கள் சுயமாகச் சிந்திக்கமுடியாமல் இருப்பர். தம்மைப் பற்றியும் தம்மைச் சூழவுள்ள உலகம் பற்றியும் மிகச் சிறியளவே உணர்ந்திருப்பர். இதனால் முற்றுமுழுதாகப் பெற்றோர்களில் தங்கி வாழும் நிலை உருவாகின்றது. சில பெற்றோர்கள் நவீன உலகத்தில் பொருத்தமற்ற பாரம்பரிய நடைமுறைகளைப் பிள்ளைகளிடமும் எதிர்பார்ப்பார்கள். அவர்கள் அதை மீறும் இடத்து விரிசல்கள் ஏற்படுகின்றன. இதனால் உறவு சீர்குலைகின்றது. காலப்போக்கில் பிள்ளைகள் உடல் ரீதியாகவும் உணர்வு ரீதியாகவும் பாதிக்கப்படும் நிலை காணப்படுகின்றது.

குடும்பத் தகராறுகளில் பெற்றோர் ஒருவர் மீது ஒருவர் பழிவாங்கப் பிள்ளையைப் பயன்படுத்துவது மோசமான நடவடிக்கையாகும். பெற்றோரில் ஒருவர் மற்றவரைத் திட்டுவதும் பிள்ளையை ஒருபக்கம் சார்ந்திருக்குமாறு கட்டாயப்படுத்தலும் பிரச்சினைகளை ஏற்படுத்துகின்றது. இவ்வாறு இரு பக்கமாக இழுபறிப்படும் பிள்ளைகள், ஆரோக்கியமாக உறவு கொள்ளும் முறைகளை அறியமாட்டார்கள். இவர்கள் வளர்ந்த பிறகு, சுமுகமான உறவுகளைக் கட்டியெழுப்பச் சிரமப்படுவார்கள்.

மேற்கூறப்பட்ட சூழ்நிலைகளில் வாழுகின்ற பிள்ளைகள் மாறுபாடான நடத்தை கொண்டவர்களாகவும் பிரச்சினைக்குரியவர்களாகவும் உருவாக்கப்படுகின்றனர்.

7.3.1.2 சிறுவர் துஷ்பிரயோகம்

சிறுவர் துஷ்பிரயோகம் தமிழ்ச் சமூகத்தில் காணப்படும் அன்றாடப் பிரச்சினைகளில் ஒன்றாகும். சிறுவர்களை வேலைக்கு அமர்த்துதல், பாலியல் தேவைகளுக்குப் பாவித்தல், அவர்களை உடல், உள ரீதியாகத் துன்புறுத்துதல் போன்றவற்றைச் சிறுவர் துஷ்பிரயோகம் என்று அழைக்கலாம்.

பெற்றோர்கள், பாதுகாவலர்கள், குழந்தைகளுக்கான உணவு, உடை, உறையுள், பாதுகாப்பு, மற்றும் மருத்துவக் கவனிப்பு என்பவற்றை உரியமுறையில் கொடுக்காதவிடத்து அவர்களது பிள்ளைகளைத் துஷ்பிரயோகம் செய்வதாகக் கருதலாம். அத்துடன் அக்கறையின்மையால் வேறு நபர்களும் தமது பிள்ளைகளைத் துஷ்பிரயோகத்திற்கு உட்படுத்தும் வாய்ப்பினை ஏற்படுத்திக் கொடுப்பவர்களாக அவர்கள் ஆகின்றனர்.

சிறுவர் துஷ்பிரயோகம் பின்வரும் வகைகளை உள்ளடக்கும்.

- அடிப்படைத் தேவைகளை உரியமுறையில் வழங்காதுவிடல்.
- உடல் ரீதியாகக் காயப்படுத்தல்.
- குற்றச்செயல்களில் ஈடுபடுத்தல்.
- அவசியமின்றி அதட்டுதல்.
- பிள்ளைகளின் நம்பிக்கையை இழக்கச் செய்தல்.
- பாலியல் துஷ்பிரயோகத்திற்கு உட்படுத்துதல்.
- சரீர தண்டனை வழங்குதல்.
- பிள்ளைகளின் கருத்துக்கு மதிப்பளியாமை.
- போரில் ஈடுபடுத்தல்.
- தொழிலில் ஈடுபடுத்தல்/ தொழில் செய்வோர் அடக்குதல்.
- கைவிடுதல்.

மேலும் நெருக்கடியான சூழல், சமூக நியமங்களைச் சீர்குலைப்பதனால் தடும்ப மட்டத்திலேயே பாலியல் துஷ்பிரயோகங்கள் நிகழ்கின்றன. ஆயினும் இந்நிகழ்வுகள் அச்சம், அவமானம் பற்றிய பயம் போன்ற பல காரணிகளால் மறைக்கப்படுகின்றன.

சிறுவர்கள் தமது பெற்றோருடன் சேர்ந்து வேலை செய்வது (வீட்டில், வயலில்) ஓரளவுக்குக் குடும்பத் தேவைக்காக நடைபெறுகின்றது என்று எடுத்துக் கொண்டாலும், சிறுவர்கள் வேறு இடங்களில் வேலைக்கு அமர்த்தப்படுவது குற்றமாகும். சிறுவர்கள் வீடுகள், கடைகள், உணவகங்கள், தொழிற்சாலைகள் போன்ற பல்வேறு இடங்களில் வேலைக்கு அமர்த்தப்படும் பொழுது, அடிப்படை வசதிகள் மறுக்கப்பட்டு உடல், உளரீதியாகத் துன்புறுத்தலுக்கு உள்ளாக்கப்படுவது கண்கூடு. இவ்வாறு சிறுவர்கள் தவறான நிலையில் பயன்படுத்தப்படுவதால் உடல், உள விருத்தி பாதிக்கப்படுகின்றது. ஆயினும், எமது நாட்டைப் பொறுத்த வரையில் வேலைக்கு அமர்த்துபவர்கள் மீது சட்டநடவடிக்கை எடுத்தல் சிரமமாக இருக்கிறது.

> வனஜா 12 வயதுச் சிறுமி. இவள் பாடசாலை ஒன்றில் கல்விகற்கின்றாள். இவளின் தந்தை குடியினால் நோயாளியாகி உள்ளார். தாயார் பல வீடுகளுக்குச் சென்று வேலை செய்பவர். இவளது வீட்டிற்கு அருகில் அரசாங்கத் தொழில்புரியும் மதனும் அவனது மனைவியும் இரு பிள்ளைகளுடன் வாழ்கின்றனர். தந்தையின் வைத்தியச் செலவிற்கென வனஜாவின் தாயார் மதனிடம் ஒரு தொகைப் பணத்தைக் கடனாகப் பெற்றார். அக்கடனைத் திருப்பிக் கொடுக்கமுடியாத சூழ்நிலை உருவாகிறது. மதன், வனஜாவின் குடும்பத்தினரிடம் எவ்வகையிலேனும் அக்கடனைத் தீர்க்கும்படி அழுத்தம் கொடுக்கின்றார். இதன் காரணமாக வனஜாவின் பெற்றோர் அவளது பாடசாலைக்கல்வியை இடைநிறுத்தி மதனின் வீட்டிற்கு அவளது விருப்பம் இன்றி வேலைக்கு அனுப்புகின்றனர். அங்கே அவளது வயதை ஒத்த, மதனுடைய இரு பிள்ளைகளின் தேவைகளைக் கவனிப்பதுடன், ஏனைய வேலைகளிலும் ஈடுபடுத்தப்பட்டாள். களைப்படைந்த சந்தர்ப்பங்களில் வார்த்தைகளால் திட்டியும், உடற் காயங்கள் ஏற்படக்கூடிய தண்டனைகள் வழங்கியும் கொடுமைப்படுத்தப்பட்டாள். ஆரம்பத்தில் மதன் தொடுகை மூலமாக அன்பு அரவணைப்பைக் காட்டினார். பின்னர் படிப்படியாக அவளது உடலை வருடுதல் போன்ற பாலியல் செயற்பாடுகளில் ஈடுபட்டார்.

7.3.1.3 வறுமை

வறுமையில் வாழும் பிள்ளைகள் அடிப்படைத் தேவைகள் மற்றும் கவனிப்புத் தேவைகளை உரியமுறையில் பெற்றுக் கொள்வதில்லை. இப்பிள்ளைகளின் வீடுகளில்,

- மிகக் குறுகிய இடவசதி, சுதந்திரமான செயற்பாட்டுக்கான வாய்ப்புகள் குறைவாக உள்ளமை போன்ற நிலைகள் காணப்படும்.
- உணவு, உடை போன்றவற்றைப் போதியளவு பெறமுடியாமல் இருக்கும்.
- சாதாரண செயற்பாடுகள், கலாசார வாழ்க்கை, அன்றாட வழமையான எதிர்பார்ப்புகள்

போன்றவற்றின் இழப்புகளால் எதிர்காலம் பற்றிய நிச்சயமின்மையைத் தோற்றுவிப்பதுடன் விரக்தி நிலைக்கு இட்டுச் செல்லலாம்.

ஒரு குடும்பத்தில் வறுமை இருக்குமாயினும், பிள்ளைகளுக்குத் தேவையான அன்பு, அரவணைப்பு, கணிப்புத் தேவைகள் குடும்பத்தினரால் கொடுக்கப்படும் போது, அவ்வறுமை பிள்ளையின் மனதில் ஏற்படுத்தும் தாக்கம் குறைவாக இருக்கலாம்.

7.3.1.4 போர்

பொதுமக்களை நிறையவே பாதித்திருக்கும் தற்காலப் போரினால் பிள்ளைகள் அகதியாக வாழவேண்டிய நிலை, தமது பெற்றோர், உறவினர்களின் இழப்பு, பிரிவு, நிச்சயமற்ற சூழல் முதலியவற்றை எதிர்கொள்ள வேண்டியவர்களாகின்றனர் (அலகு 6ஐப் பார்க்கவும்).

> **போரினால் பிள்ளைகள் எதிர்நோக்கும் அவலங்களாவன :-**
>
> - குடும்ப சமூக இணைப்புகளை இழந்து புதிய சூழலில் தனிமைப்படுத்தப் படுகின்றனர்.
> - தங்கள் பழகிய சூழலில் இருந்து பிரித்தெடுக்கப்படுகின்றனர்.
> - அகதி என்ற நிலையில் புதிய மொழிக்கலாசாரத்தைக் கற்கவேண்டிய நிலைக்குத் தள்ளப்படுகின்றனர்.
> - நெருங்கியவரின் அல்லது தெரிந்தவரின் கொலை, சித்திரவதை அல்லது பயமுறுத்தலை நேரடியாகக் காண்கின்றனர்.
> - நேரடியாக வன்செயல்களால் பாதிக்கப்படுகின்றனர்.
> - உடலியல் காயங்களுக்கு ஆளாகின்றனர்.
> - தமது விருப்பத்திற்குரிய செல்லப்பிராணிகள், விளையாட்டுப் பொருள்களை இழக்கின்றனர்.

யுத்தச் சூழ்நிலையால் இடம்பெயரும் பொழுது அந்த வாழ்க்கை மாற்றங்கள் முழுக்குடும்பத்திற்கும் குறிப்பாகப் பிள்ளைகளுக்கு எப்பொழுதும் மிகக் குழப்பமாக இருக்கும்.

7.4 பிள்ளையின் பாதிப்புகளும் வெளிப்பாடுகளும்

- *பிள்ளைகளில் ஏற்படும் பாதிப்புகள் எவை?*
- *பிள்ளை பாதிப்பினால் எத்தகைய குணங்குறிகளை வெளிப்படுத்துகின்றது?*

7.4.1 பாதிப்புகள்

பொதுவாகப் பல காரணிகள் பிள்ளைகளிடம் பாதிப்புகளை ஏற்படுத்துகின்றன என்பதைப் பார்த்தோம். இக்காரணிகள் எல்லாப் பிள்ளைகளிடமும் ஒரேவிதமான விளைவுகளை ஏற்படுத்துவதில்லை. உதாரணமாக வறுமையைக் குறிப்பிடலாம்

செயற்பாடு - 1

பாத்திரமேற்று நடித்தல்

- மேற்காட்டப்பட்ட சம்பவங்களைக் கற்பனை செய்யுமாறு அறிவுறுத்தலாம்.
- சிறு குழுக்களாக்கி (4 அல்லது 5 பேர் சேர்ந்து) கற்பனை செய்த சம்பவங்களை வெளிப்படுத்தக்கூடிய நடிப்பினை முன்வைக்குமாறு அறிவுறுத்தலாம்.
- நடிப்பின் மூலம் வெளிப்படுத்தப்பட்ட விடயங்கள் பற்றி வகுப்பு நிலையில் கலந்துரையாடி முடிவுகளுக்குவர வழிப்படுத்தலாம்.

செயற்பாடு - 2

பொம்மைகள் மூலம் சம்பவங்களை வெளிப்படுத்தல்

- மேற்காட்டப்பட்ட சம்பவத்தில் ஒன்றைப் பொம்மைகள் மூலம் வெளிப்படுத்த அறிவுறுத்தலாம்.
- பின் தத்தமது வாழ்வியல் சம்பவங்கள் அல்லது தாம் கண்ட சம்பவங்களை அதே பொம்மைகளின் உதவியுடன் கதையாகக் கூறுவதற்கு வழிப்படுத்தலாம்.
- தேவையானபோது பயிற்றுநர் பொருத்தமான திறந்த வினாக்களைக் கேட்கலாம்.

கீதா, மோகனா ஆகிய இருவரதும் குடும்பங்கள் ஆயிரம் ரூபாவை மாதவருமானமாகக் கொண்டிருந்தபோதும், கீதாவின் குடும்பம் ஒற்றுமையாகத் திட்டமிட்டுக் குடும்பச் சமநிலையைப் பேணுவதால் கீதாவிற்கு வறுமை ஒரு பிரச்சினையாகத் தெரிவதில்லை.

> சூழல் மாற்றம்
>
> ஒரு பிள்ளையின் விருப்பத்திற்குரிய விளையாட்டுப் பொருளைப் பிள்ளையின் தாய் துப்புரவு செய்யும் போது எறிந்து விடுகிறார். பிள்ளை அப்பொருளை வைத்த இடத்தில் பார்க்கும் போது அது காணப் படவில்லை. இச்செயல் பிள்ளைக்கு அந்தக்கணத்தில் கவலை, கோபம் ஆகிய உணர்வுகளை உண்டு பண்ணலாம்.

ஆனால் மோகனாவின் குடும்பம் ஒற்றுமை குறைந்து காணப்படுவதுடன் வாழ்வைத் திட்டமிட்டுச் செயற்படுத்துவதில்லை. இதனால் தொடர்ச்சியாகப் பிரச்சினைகள் தோன்றிக் குடும்பச் சமநிலை பாதிக்கப்படுவதால் மோகனா பாதிப்புள்ளாகிறாள்.

இயல்பான குடும்பச் சூழலில் ஏற்படும் சிறுமாற்றம் கூடப் பிள்ளைகளைப் பாதிப்புக்கு உள்ளாக்கும். அத்துடன் ஒரு சிறு பிரச்சினை பல்வேறு தொடர் பாதிப்புக்களை பிள்ளைகளிடம் ஏற்படுத்தும். உதாரணமாகத் தண்டனைக் குள்ளாதல், பின்வருவனவற்றைத் தொடராக ஏற்படுத்தும்.

பயம்	→ பின்வாங்கல்
அவமரியாதை உணர்வு	→ சகபாடிகளால் ஒதுக்கப்படுதல்
ஆசிரியரில் விருப்பமின்மை	→ பாடத்தில் விருப்பமின்மை
கற்றலில் விருப்பமின்மை	→ பாடசாலையில் விருப்பமின்மை

இவை போன்ற பலதரப்பட்ட பாதிப்புகளுக்கு முகங்கொடுக்கும் பிள்ளைகள் பல்வேறுபட்ட பிரதிபலிப்புகளை வெளிப்படுத்துகின்றனர். ஒவ்வொரு பிள்ளையும் தனக்கெனப் பயங்களையும், கவலைகளையும் கொண்டிருப்பதை எல்லாப் பெற்றோரும் அறிவர். ஆனால் அவர்களில் பெரும்பாலானோர் பிள்ளைகளின் மனப்பரபரப்பு அல்லது சஞ்சலம் போன்ற வெளிப்பாட்டிற்கான காரணிகள் எவை என்பதை அறிந்திருப்பதில்லை. அவர்கள் "*ஏன் எங்கட பிள்ளை இப்பிடிப் பயப்பிடுது.... அது இப்பிடிப் பயப்பிட ஒரு காரணமும் இல்லையே*" என்று அடிக்கடி கேட்கிறார்கள். இவ்வாறான வினாக்கள் மூலம் பெற்றோர் தமது மனதையும் பிள்ளைகளையும் குழப்பிய வண்ணம் இருப்பார்கள்.

7.4.2 குணங்குறிகள்

7.4.2.1 உணர்ச்சிப் பிரச்சினைகள்

கவலை, பயம், அங்கலாய்ப்பு, குழப்பம், சோர்வு, அஞ்சி ஒதுங்கும் சுபாவம், இலகுவாக அழுதல், தொட்டாற்சுருங்கித் தன்மை, கலகலப்பற்ற நிலை, எல்லை மீறிய கோபம், சீறிச் சினக்கும் தன்மை, பெற்றோர், குடும்பத்தவர், சகமாணவர், ஆசிரியர் முதலியவர்களுடன் உறவுகளில் குறைபாடுகள், சந்தேகிக்கும் தன்மை போன்ற அறிகுறிகள் ஒரு பிள்ளையின் உணர்ச்சிக் களத்தில் ஏற்பட்டிருக்கும் பாதிப்புகளின் சான்றுகளாகும்.

மனதில் ஏற்படும் மாற்றங்கள்

கோபம்	கவலை
வெறுப்பு	சினம்
விரக்தி	பயம்
குற்ற உணர்வு	பதகளிப்பு
ஏக்கம்	மனதை ஒருமுகப்படுத்த முடியாமை

7.4.2.2 மெய்ப்பாட்டு அறிகுறிகள்

நெருக்கீட்டுத் தாக்கங்களால் எழும் மனப்பாதிப்புகள் சிலவேளைகளில் உடல் ரீதியாக வெளிப்படலாம். நெருக்கீடுகளுக்குப் பின்னர், பாதிப்படையும் பிள்ளைகளில் பொதுவாகத் தோன்றும் சில மெய்ப்பாட்டு அறிகுறிகள் இங்கே பெட்டக மிடப்பட்டிருக்கின்றன.

தலையிடி	தலை அம்மல்	தலைச்சுற்று	மயக்கம்
வலி	நடுக்கம்	நெஞ்சு நோ	படபடப்பு
மூச்சு வாங்கல்	முட்டு	வயிற்றுக்குத்து	ஓங்காளம்
சத்தி	பசியின்மை	நோவுகள்	விறைப்புகள்.
வயிற்றோட்டம்	உளைவுகள்	களைப்புகள்	பெருமூச்சு விடுதல்
சலம் அடிக்கடி போதல்	சுவாசிக்கக் கஷ்டம்		

"மலர்விழி ஆண்டு 2இல் படித்துக்கொண்டிருக்கிறா. அவ கொஞ்சக் காலமாய் 'பெரிது பெரிதாய்' மூச்செடுத்து விட்டுக்கொண்டிருக்கிறா" என்று தாயார் கூறினார் . "முந்தித் தகப்பன் ஒழுங்காய் இருக்கேக்கை அவர் இவளுக்கு நல்ல செல்லம். ஆனா ரெண்டு மாசத்திற்கு முன்னால் சுண்ணியிலை கால் போனாப் பிறகு.." என்று கூறிய தாயார் அழத் தொடங்கினார். மலர்விழி பெரிதாய் மூச்சு விடத் தொடங்கினாள்.

7.4.2.3 நடத்தைக் கோளாறுகள்

அளவு மீறிய தொழிற்பாடு அல்லது அதற்கு எதிர்மறையாக செயலாற்றலில் குன்றுதல், வீண்குறும்பு, வலிந்து சண்டைக்குப் போதல், வன்முறையில் ஈடுபடுதல், தொடர்ந்து தொல்லை கொடுத்தல், பொய் பேசுதல், களவு செய்தல், பெரியோரை எதிர்த்தல், மதியாமை, கீழ்ப்படியாமை, மது போதைவஸ்து அல்லது மருந்துகளின்

துர்ப்பாவனை, பாடசாலைக்குச் செல்லாமை, பாடசாலையில் இடர்தரு நடத்தைகள், நெறி பிறழ்தல், சமூக விரோதச் செயற்பாடுகள் என்று பலவகைகளாக நெருக்கீடு களின் தாக்கம் வெளிப்படலாம்.

விசேடமாக நெருக்கீடுகளால் பிள்ளைகளின் உள சமூக விருத்தியில் தாமதம் அல்லது பிறழ்வுகள் ஏற்படலாம். மேலும், முன்னைய வளர்ச்சிப் பருவங்களின் நடத்தைகள் திரும்பத் தோன்றுவது, அல்லது வளர்ச்சியடைந்து முதிர்ந்த செயலாற்றல் திறன்களை இழத்தல் போன்ற நடத்தைப் பின்னடைவுகள் நிகழும்.

கோமதி பதினொரு வயதுடைய சிறுமி. ஆண்டு 6இல் கல்வி கற்கிறார். இவர் அம்மாவுடனும் இரு சகோதரிகளுடனும் வசித்து வருகிறாள். தந்தை இவளது 5வது வயதில் இனந்தெரியாதவர்களால் சுடப்பட்டதை நேரில் கண்டாள். தந்தை இறந்த பின் தாயும் இரு சகோதரிகளும் அவளுடைய தேவைகளை நிறைவேற்றிச் செல்லமாக வளர்த்து வந்தனர். தற்போது சிறிதுகாலமாக இரண்டாவது சகோதரி உடல்நலம் குன்றிக் காணப்படுகிறார். அத்துடன் தாயும் மற்றைய சகோதரியும் இரண்டாவது சகோதரியைப் பராமரிக்கவேண்டிய தேவையும் காணப்படுகிறது.

கோமதி தற்போது பாடசாலைக்குச் செல்வது ஒழுங்கீனம். அத்துடன் அடிக்கடி தலையிடி, களைப்பு, வயிற்றுநோ என்று முறைப்பாடுகள் கூறுவதுடன் கவலையுடன் தந்தையின் படத்தைப் பார்த்தவண்ணம் இருப்பாள். அடிக்கடி இரண்டாவது சகோதரியுடன் சண்டை இடுவாள்.

செயற்பாடு

- கோமதியின் பாதிப்புக்கான காரணிகள் எவை?
- கோமதி வெளிப்படுத்திய பிரதிபலிப்புகள் எவை?
- பயிலுநர் இவ்வினாக்களின் விடைகளைக் குழு நிலையில் கலந்துரையாடி முழு வகுப்பு நிலையில் முன்வைக்குமாறு கேட்கப்படலாம்.

செயற்பாடு

- பயிலுநர் தனது வாழ்வில் நடைபெற்ற மறக்கமுடியாத சம்பவம் ஒன்றை செய்ப்பாட்டுணர்வுடன் [மொழிப் பிரயோகம் அற்ற உடல்மொழி அசைவுகள்] ஊமம் (mime) மூலம் வெளிப்படுத்தலாம்.
- ஆறு, ஏழு பேர் ஒவ்வொருவராக இச்செயலைச் செய்ய ஏனையவர்கள் அதனை அவதானிக்கலாம்.
- இந்த ஊமம் மூலம் எத்தகைய உணர்வு வெளிப்பாடுகளை இனங்கண்டு கொண்டீர்கள், என்பதை ஒவ்வொருவரும் எழுதிக் கலந்துரையாட வழிப்படுத்தலாம்.

உதாரணமாக, வளர்ந்த வாலிபப் பருவத்தில் திரும்பவும் குழந்தைப் பருவத்திற்குரிய நடத்தைகளைக் காணக்கூடியதாக இருக்கும். திரும்பவும் பெற்றோருடன் ஒட்டிக்கொண்டிருத்தல், நித்திரையின் போதும் அவர்களுடன் சேர்ந்திருக்க வற்புறுத்துதல், அந்நியரைக் கண்டால் ஓடி ஒதுங்குதல், அடம்பிடிக்கும் மனப்பான்மையும் நடத்தையும், அடிக்கடி அழுதல், தங்கள் கட்டுப்பாட்டிற்குள் கொண்டு வரப்பட்ட மலசலம் கழிக்கும் ஒழுங்குகளை இழந்து திரும்பவும் நித்திரையில் சலம் கழித்தல் போன்றவை பின்னடைவு நடத்தைகளுக்கான சில உதாரணங்கள் ஆகும்.

நடத்தையில் ஏற்படும் மாற்றங்கள்

- இயலாமை
- ஒதுங்கியிருத்தல்
- மூர்க்கத்தனம்
- பின்வாங்கல்
- கதைத்தல் குறைவு
- நித்திரைக் குழப்பம்
- பின்னடைவு
- சாப்பாட்டில் அக்கறை இன்மை
- புதிய ஆற்றல்களை இழத்தல்
- வன்செயல்களில் ஈடுபடுதல்
- முரண்டுபிடித்தல்
- தனிமையை நாடுதல்
- தன்னைத் தானே துன்புறுத்தல்
- இலகுவில் அழுதல்
- பாடசாலை அடைவு மட்டத்தில் குறைந்து வருதல்.

7.4.2.4 அறிவாற்றல் குறைபாடு

பிள்ளைகள் தாங்கள் அடைந்த அறிவாற்றல், கல்வி, பேச்சுத் திறன்களில் பின்னடைவுகளைக் காட்டலாம். மேலும், போர் நெருக்கீடுகள் கற்றல் இடர்ப்பாடுகள், கொன்னை தட்டுதல், பேசாமை (பேசாது விடல்) போன்ற பலதரப்பட்ட அறிகுறிகளாகப் பிரதிபலிக்கலாம். இவற்றைவிட, சிந்திக்கும் தன்மையில் அழுத்தம், சுருங்கல், தடைகள் மற்றும் கருத்தூன்றமுடியாமை, ஞாபகசக்தி குன்றல், கிரகிக்கும் தன்மைக் குறைவு, எதிர்கால எண்ணங்கள் அற்றுப் போதல் போன்ற நீண்டகாலப் பாதிப்புகளும் உண்டாகின்றன.

செயற்பாடு

- "போரின் தாக்கங்கள் சிறுவர்களின் மனங்களை மேலும் உறுதிப்படுத்தியுள்ளன" என்ற தலைப்பில் சார்பாகவும் எதிராகவும் விவாதிக்குமாறு பயிலுநரைத் தூண்டலாம். பயிற்றுநர் நடுவராக இருந்து வழிப்படுத்தலாம்

அவதானம் உடைய ஆசிரியர்கள் பிள்ளைகளின் கற்றலிலும் சித்திரங்களிலும் விளையாட்டுகளிலும் நெருக்கீட்டுத் தாக்கத்தின் எதிரொலியைக் கண்டுபிடிப்பர். சித்திரங்களிலும் விளையாட்டுகளிலும் தோன்றும் அசாதாரண மாற்றங்கள் பாதிப்பின் அறிகுறிகள் என்று ஆய்வுகள் நிரூபித்துள்ளன.

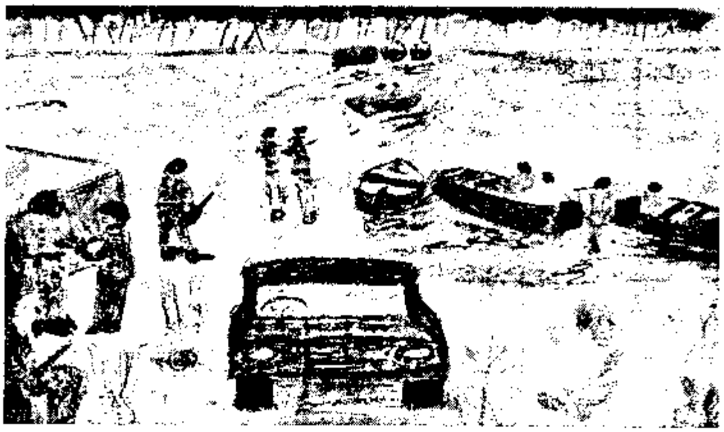
பாதிக்கப்பட்ட பிள்ளைகளின் உடல், உள, நடத்தை சார்ந்த வெளிப்பாடுகளை இனங்கண்ட ஆசிரியர்கள் உளப்பாதிப்புகளைக் கண்டறிவதற்குக் கதை கூறல், சித்திரம் வரைதல், நடித்தல், விளையாடுதல், வாசித்தல் ஆகிய ஆக்க, அழகியல் செயற்பாடுகளை ஊக்குவிக்கலாம். இவ்வாறாக வெளிப்படுத்தும் உத்திகள் ஆசிரியர் காரணத்தை இனங்காண்பதற்கு உதவுவது மட்டுமல்லாமல் பிள்ளைகளுக்குச் சற்று ஆறுதலும் கொடுக்கும் (அலகு 9ஐப் பார்க்கவும்).

பிள்ளைகள் கீறும் படங்களில் பின்வரும் விடயங்கள் தொடர்பான ஒரு விசேட தன்மை இருக்குமாயின் அது பற்றிய மேலதிகத் தகவல்களைக் கேட்டறியலாம்.

- குறியீடுகள் அதிகம் இருத்தல்
- படங்களின் இடவமைவு வித்தியாசமாக இருத்தல்
- நிறப்பயன்பாடு வேறுபடுதல்
- உருவங்களின் அளவு, அசாதாரணத் தன்மை கொண்டிருத்தல்.
- குடும்பத்தினரின் அளவு குறைந்தோ, கூடியோ, அல்லது யாரேனும் இல்லாமலோ இருத்தல்.

செயற்பாடு

- சுயாதீனமாகப் படங்கள் வரைவதற்கு வழிப்படுத்தலாம்
- வரைந்த படங்கள் வெளிப்படுத்தும் தகவல்கள் பற்றி உரியவர்களிடமே கேட்டறியலாம்



7.5 பிள்ளைகளுக்கு ஏற்படும் பிரச்சினைகள்

7.5.1 பொதுவான பிரச்சினைகள்

- *பொதுவான பிரச்சினைகள் என்றால் என்ன?*
- *பிள்ளைகளிடம் காணப்படும் பொதுவான பிரச்சினைகள் எவை?*

பிள்ளைகளிடம் பெரும்பாலும் காணப்படும் பிரச்சினைகளையும், தாக்கம் குறைந்த இலகுவில் தீர்வுகாணக்கூடிய பிரச்சினைகளையும் பொதுப் பிரச்சினைகள் எனலாம்.

நாளாந்த வாழ்க்கை ஓட்டத்தில் பலவிதமான நெருக்கீடுகள் பலருக்கும் ஏற்படுகின்றன. இந்நெருக்கீடுகளின் தாக்கம் அதிகரிக்கும் போது பிரச்சினைகள் பாரதூரமாக அமைந்துவிடுவதும் உண்டு. பொதுவாகப் பிள்ளைகள் நெருக்கீடுகளால் பெற்றோர் காட்டுகின்ற பிரதிபலிப்புகளை விளங்கிக்கொள்ளக் கூடியவர்கள். எனவே குடும்பச் சூழலில் ஏற்படும் மாற்றங்களும், அம்மாற்றங்கள் நீடித்திருக்கின்ற நிலைமைகளும் பிள்ளைகளிடத்து உணர்வு ரீதியான பிரச்சினைகளைத் தோற்றுவிக்கலாம்.

இப்பிரச்சினைகளை இனங்கண்டு அதற்குரிய மாற்று நடவடிக்கைகளில் இறங்காவிடில், பிள்ளைகள் நாளடைவில் மேலும் பல அசௌகரியங்களுக்கு உட்பட நேரலாம். பிள்ளையின் கற்றல் செயற்பாடுகள், வகுப்பறை நடத்தைகள், உறவுகள் போன்றன பாதிக்கப்படலாம். நீண்டகால விருத்தியும் தடைப்படலாம். எனவே பிரச்சினைக்குள்ளானவர்களை இனங்காண்பதுடன் தீர்வு நடவடிக்கைகளிலும் ஈடுபடுதல் நன்று.

7.5.1.1 மனதை ஒருமுகப்படுத்த முடியாமை

சில மாணவர்கள் மனதை ஒருமுகப்படுத்துவதில் சங்கடப்படுவார்கள். அமைதியற்ற நிலையில் கிரகிப்பதற்கும் சிந்திப்பதற்கும் முடியாது தத்தளிப்பார்கள். இதனால் கற்றவற்றை ஞாபகப்படுத்த முடியாமல் மறக்கின்ற தன்மையும், எண், எழுத்து ஆற்றலில் குறைபாடும் ஏற்படலாம். நெருக்கீடு இதற்கு ஒரு காரணமாகலாம். இதைவிட, விவேகக் குறைபாடு, பலதரப்பட்ட உளப்பாதிப்புகள், அதீத செயற்பாட்டுநிலை போன்றவற்றாலும் இந்நிலை காணப்படலாம்.

இவ்வாறான மாணவரின் மனதை ஒருமுகப்படுத்த உதவுவதற்காக ஆசிரியர் ஒரு ஒழுங்கான கட்டமைப்பை அறிமுகப்படுத்தி, மாணவரின் செயற்பாடுகளில் தொடர்ந்து கவனஞ் செலுத்த ஊக்குவிக்கலாம். அவ்வாறு செய்யும் பொழுது பாராட்டு, சிறு சலுகைகள், பரிசுகள் வழங்கலாம். யோகாசன, தியான முறைகளும் மனதை ஒருமுகப்படுத்த உதவும்.

7.5.1.2 பயம்

எல்லோருக்கும் பயம் என்ற உணர்வு வருவது இயல்பான ஒன்றாகும். இது பல சந்தர்ப்பங்களில் ஆபத்தானவற்றைத் தவிர்க்கவும், அதிலிருந்து தப்பவும் உதவும். ஆயினும், பிள்ளைகள் சிலரில் விடயத்தைத் தொகுத்துச் சொல்லமுடியாத நிலை, தடுமாற்றம், திக்கிப் பேசுதல், தனது ஆற்றலை வெளிப்படுத்த முடியாத தன்மை, தவித்தல், பதற்றம், சமாளிக்கமுடியாமை போன்றனவாகப் பயம் வெளிப்படுத்தப்படும். இதனால் சகபாடிகளால் கேலிக்குள்ளாதலும், ஆசிரியரால் தண்டனைக்குள்ளாதலும், முன்னேற்றம் அடைய முடியாமையும் இடம்பெறக்கூடும். இது மேலும் பயத்தையும், பதட்டத்தையும், கோபத்தையும் உருவாக்கும்.

பாடசாலைக்குச் செல்வது சில பிள்ளைகளுக்கு அச்சமாக இருக்கும். புதிய பாடசாலைக்கு முதலில் செல்வது, ஆசிரியரின் புதுமுகம் மற்றும் ஆசிரியர்களின் சில செயற்பாடுகள், சகமாணவர்களின் அச்சுறுத்தல் போன்றவற்றால் பிள்ளைகள் பாடசாலையை வெறுக்கின்றனர். இப்பிரச்சினைகளால் பாடசாலைக்குப் பிந்தி வருவதும், வரவு குறைதலும், பாடசாலைச் செயற்பாடுகளில் முழுமையாக ஈடுபட முடியாமையும், பாடசாலை இடைவிலகலும் காணப்படும். இவ்வாறான பிள்ளைகள் கற்றல் இடர்ப்பாடுகளைக் கொண்டவர்களாக, சிறந்த பெறுபேற்றினைப் பெறமுடியாதவர்களாக இருப்பதை அவதானிக்கலாம்.

ஒரு புதிய சூழல் பிள்ளையைப் பாதிப்பது போல் ஒரு பொருளுக்கும் அச்ச உணர்வு காணப்படலாம். உதாரணமாகப், பாம்பு, எலி, பூனை போன்றவற்றைக் காணும் போது, அதற்கு அதிகமாகப் பயந்து ஒதுங்கும் நிலை காணப்படலாம்.

இவ்வாறாகப் பாதிக்கப்படும் பிள்ளைகளுக்கு ஆசிரியரின் அன்பு, ஆதரவான வார்த்தைகள், செயற்பாடுகள் முக்கியமான ஒன்றாகும். பிள்ளை புதிய சூழலுக்கு முகங்கொடுக்கும் போது ஆசிரியர், அப்பிள்ளையின் தேவையை உணர்ந்து செயற்படுவதுடன், அவர்களது குடும்பப் பின்னணியையும் கருத்தில் கொள்ள வேண்டும். அந்தப் பயங்களுக்குச் சிறந்த சிகிச்சை நடத்தைச் சிகிச்சை முறையாகும். சாந்த வழிமுறைகள் பொதுவாக பயவுணர்ச்சியைக் குறைக்கும். அச்சப்படும் பொருளுக்கு அல்லது சூழ்நிலைக்கு படிப்படியாகப் பழக்குவதன் மூலம் அதற்கு அச்சம் இழக்கச் செய்யலாம் (அலகு 9ஐப் பார்க்கவும்).

7.5.1.3 பாடசாலைக்குச் செல்ல மறுத்தல்

முற்குறிப்பிட்டது போல (7.5.1.2), சில பிள்ளைகள் பாடசாலைக்குச் செல்ல அச்சப்படுவர். பாடசாலையில் இருக்கும் அச்சுறுத்தும் அம்சங்களால் அல்லது போகும் வழியில் எதிர்நோக்க வேண்டிய கஷ்டங்களால் (உதாரணமாக, கடிக்கும் நாய், போர் நடவடிக்கைகள், தனிமையான பாதை), அல்லது வீட்டில் அவர்களைப் போகாமல் பெற்றோர் தடுப்பதனால் (உதாரணமாக, வேலை செய்வதற்கு, தாயின்

நோய்வாய்ப்பட்ட நிலை) பிள்ளைகள் பாடசாலைக்குச் செல்லாமல் விடலாம். ஆசிரியர் பிள்ளை பாடசாலைக்கு வராத காரணத்தை ஆராய்ந்து, அதற்குத் தகுந்த நடவடிக்கை எடுப்பதோடு, பிள்ளையை இயலுமான விரைவில் பாடசாலைக்கு வர ஒழுங்கும் செய்ய வேண்டும். சிலவேளைகளில் வர அஞ்சும் பிள்ளையுடன் ஆரம்பத்தில் பெற்றோர் வந்துபோக நேரிடலாம்.

7.5.1.4 கற்றலில் இடர்ப்பாடு

பிள்ளைகளுடைய அடிப்படைத் தேவைகள் கிடைக்காது போதல், பிழையான சமூகமயமாக்கல் போன்ற காரணங்களால் கற்றல் இடர்ப்பாடு ஏற்படுவதை அவதானிக்கலாம். பசியோடு வருகின்ற பிள்ளை வகுப்பறைச் செயற்பாடுகளில் ஈடுபடாது, சோர்ந்து ஒதுங்கி இருத்தலையும், கிரகித்துச் செயற்படமுடியாமல் இருப்பதையும் காணலாம். மேலும் பிழையான சமூகமயமாக்கலில் பெண்பிள்ளைகள் கற்கத் தேவையில்லை. அல்லது ஆண் பிள்ளைகளோடு சேரக்கூடாது என்று சிறுவயதில் இருந்தே பழக்கப்பட்டு வந்தவர்கள், பாடசாலையில் குழுக்களாகச் சேர்ந்து கற்றல் செயற்பாடுகளில் ஈடுபடமுடியாது பின்வாங்குவார்கள்.

ஆசிரியர், மாணவர்களுக்கிடையே காட்டும் பாகுபாடு (சாதி, மதம்) பிள்ளைகள் சிலரை ஒதுக்குவதுடன், அவர்கள் தமது திறன்களை வெளிப்படுத்தாது விரக்தியான செயற்பாடுகளில் ஈடுபட வழிவகுக்கும். அத்துடன் சிறந்த பெறுபேறுகள் பெறும்போது பாராட்டாதுவிடின் மனக்கசப்பு ஏற்பட்டுவிடும். பிழைகள் ஏற்படும் பொழுது அதிகம் தண்டித்தால் அப்பாடத்திலும், கல்வியிலும் வெறுப்பு உருவாகலாம். இத்தகைய சம்பவங்கள் பிள்ளையில் குற்றமனப்பான்மை, தாழ்வு மனப்பான்மை, கோபம், விரக்தி போன்ற உணர்வுகளைத் தோற்றுவிப்பதுடன் அவர்களைப் பொய் கூறல், களவெடுத்தல், வன்முறையில் ஈடுபடுதல் போன்ற பிறழ்வு நடவடிக்கையில் ஈடுபடுபவர்களாகவும் மாற்றிவிடக்கூடும்.

உதாரணமாக, வறுமையான குடும்பத்திலுள்ள பிள்ளைக்கு உணவுத் தேவை பூர்த்திசெய்யப்படவில்லையாயின் பாடசாலைகளில் மற்றைய மாணவர்களது உணவை எடுத்து உண்ணும். இச் செயலைப் பிள்ளை குற்றமாக உணரமாட்டாது. நாளடைவில் ஏனைய தேவைகள் நிறைவேற்றப்படாதுவிடின் களவுச் செயலிலும் ஈடுபடத் தொடங்கலாம். இச்செயலை ஆசிரியர்களும் ஏனையோரும் பாரிய குற்றமாக எண்ணிக் "கள்ளன்" என்ற முத்திரை குத்துவது தவறான ஒன்றாகும். நாளடைவில் அவரது சிந்தனை விருத்தி அடையும் போது இச்செயலின் தவறை உணர்ந்து கொள்ளலாம். ஆசிரியர்கள் களவு, பொய் போன்ற பிறழ்வான நடத்தைகளில் ஈடுபடுபவர்களுக்குத் தண்டனை வழங்காது அவர்கள் உணரும்படியாக, சில அறிவுரைகள் வழங்கலாம். பிறழ்வு நடவடிக்கைகளில் ஈடுபடும் போது அவ்வாறு ஈடுபடுவதற்கான சரியான காரணங்களை அறிந்து வழிப்படுத்தலாம். பசி, வறுமை போன்றவற்றிற்கான குடும்ப மட்ட உதவிகளைப் பெற்றுக்கொடுக்க நடவடிக்கை எடுக்கலாம் (அலகு 5ஐப் பார்க்கவும்).

சரோஜினி 3ஆம் தரத்தில் கல்விகற்று 4ஆம் தரத்திற்கு வகுப்பேற்றப்பட்டார். புதிய ஆண்டிலே தரம் 4 இல் கற்க வேறு பாடசாலையில் சேர்க்கும்படி வற்புறுத்துகின்றார், அடம்பிடிக்கிறார். இவருக்கு அடிக்கடி வயிற்றுநோ ஏற்படுகிறது. கல்வியில் ஆர்வம் குறைந்துள்ளது. அடிக்கடி கோபப்படுவதும், விளையாடுவதில் விருப்பமின்றியும் காணப்படுகிறார்.

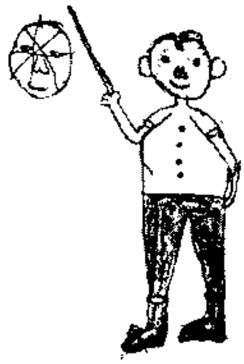
அவள் படிப்பிலே மிகவும் கெட்டிக்காரியாக இருந்தாள். எல்லாப் பாடங்களிலும் கூடிய புள்ளியைப் பெற்றவர். பாடசாலையிலே இருக்கின்ற நேரத்திலே, தமக்குப் பக்கத்திலுள்ள வகுப்பறை நடைமுறை களையும் பார்த்துக்கொள்வா. அந்த வகுப்பில் (4ஆம் தரம்) சுற்றாடல் கற்பிக்கும் ஆசிரியர் வேறு மாணவரை அடிப்பதைக் கண்டுள்ளார். அந்த ஆசிரியர் மாணவர்களுக்கு அடிக்கடி தண்டனை கொடுப்பதாகக் கேள்விப்பட்டுள்ளா. அடுத்த வருடம் அந்த ஆசிரியரிடம் கற்கவேண்டிவரும் என்று பயப்படுவதாக அறியக்கூடியதாக இருந்தது. சுற்றாடல் ஆசிரியரைப் படம் வரைந்து காட்டச் சொன்னபோது, கீழ்வரும் படத்தை வரைந்தார்.

பிள்ளையை அழைத்து ஒழுங்கான உளவளத்துணை அளிக்கப்பட்டது. மனந் திறந்து கதைக்க வாய்ப்பளிக்கப்பட்டது. தனது படிப்பைப் பற்றியும் அச்சங்களைப் பற்றியும் பகிர்ந்துகொள்ள ஊக்குவிக்கப்பட்டு ஆறுதலும் கூறப்பட்டது. சாந்தவழிமுறைப் பயிற்சியும் வழங்கப்பட்டது. தான் விரும்பியதைப் படம் வரையக் கேட்கப்பட்டார்.

பெற்றோரை அழைத்து பிள்ளையைப் பற்றிக் கலந்துரையாடப்பட்டது. பெற்றோரின் அபிப்பிராயங்கள், விருப்பங்கள், எதிர்பார்ப்புகள் பற்றிக் கேட்கப் பட்டது. பெற்றோர், குறிப்பாக தாய் மிகவும் படிப்பைப் பற்றி, முக்கியமாக எதிர்வரும் 5ஆம் தர புலமைப் பரிசில் பரீட்சை பற்றி கூடிய ஆர்வம் உடை யவராகவும் கவலை உடையவராகவும் காணப்பட்டார். தனது பிள்ளை அப்பரீட்சை யை நன்றாகச் செய்ய வேண்டும் என்ற ஆவலுடையவராகக் காணப்பட்டார். பிள்ளையைப் பல தனியார் ஆசிரியர்களிடம் காலையிலும் மாலையிலும் பிரத்தியேக வகுப்புகளுக்கு அனுப்புவதாகக் கூறினார். இரவில் பிள்ளையை நன்றாக நீண்ட நேரம் படிக்கவைப்பதாக ஒப்புக்கொண்டார். காலையிலும் ஐந்து மணிக்குப் பிள்ளையை எழுப்பிப் படிக்கவைப்பார். இப்போது பிள்ளைக்கு படிப்பில் முந்தைய ஆர்வம் இல்லை, படிக்க மறுக்கிறா என்று முறையிட்டார். பரீட்சை வருகிறது, பிள்ளை என்ன செய்யப்போகின்றா என்று கவலைப்பட்டார்.

பெற்றோருக்கு ஆறுதல் கூறப்பட்டது. பரீட்சை பற்றிய அழுத்தத்தைக் குறைக்குமாறு ஆலோசனை கூறப்பட்டது. பிள்ளையை வேறு வேலைகளிலும் விளையாட்டுகளிலும் ஈடுபடச் செய்து போதிய ஓய்வு கொடுக்குமாறு கூறப் பட்டது.

இவற்றாலும் முன்னேற்றம் காணப்படாவிடில், பாடசாலையை மாற்ற உதவிசெய்வதாக உறுதிமொழி கூறப்பட்டது. அந்தரங்கமாக, சம்பந்தப்பட்ட ஆசிரியருடன் உயர் அதிகாரிகளூடாகத் தொடர்புகொண்டு கலந்துரையாடப் பட்டது. சீர தண்டனை பற்றியும் கதைக்கப்பட்டது. அதனால் அவ்வளவு பயன் கிடைக்காது என்றும் எடுத்துக்காட்டப்பட்டது.



பாடசாலைகளில் பிள்ளைகள் கற்றலில் வெறுப்பை ஏற்படுத்துவதற்கான காரணங்களில் ஒன்றாகத் தண்டனையும் காணப் படுகிறது. உதாரணமாக, ஆசிரியருக்குப் பிள்ளையின் குடும்பத்தவர்கள், உறவினர்களுடன் யாதாயினும் காரணங்களால் கருத்து முரண்பாடுகள் இருக்குமாயின் பாடசாலையில் தமது கோபத்தைப் பிள்ளை மீது திணிப்பதைக் காணக்கூடியதாக இருக்கின்றது. பெரும்பாலும் இத்தகைய பிரச்சினைகளுக்கு உள்ளான பிள்ளைகள் எதிர்கால இலக்குகளற்றுக் காணப்படுவர். இவர்கள் கல்வியில் விருப்பமின்றிக், கல்வியிலிருந்து இடைவிலகி, சமூகத்துக்கு ஒவ்வாதவர்களாக, மாறான நடத்தை கொண்டவர்களாக மாறலாம்.

7.5.1.5 சோதனை அழுத்தம்

தற்போது இருக்கின்ற கல்வி முறைமை, பரீட்சையையும் சிறந்த பெறுபேறு களையும் மட்டுமே முக்கியத்துவப்படுத்துவதனால், மாணவர்களுக்குத் தரம் ஒன்றில் இருந்தே சோதனை அழுத்தம் தொடங்கிவிடுகிறது. இது தரம் ஐந்து புலமைப் பரிசில் சோதனையோடு உச்சத்தை அடைகிறது. துர்ப்பாக்கியமாக, இதற்குச் சில பெற்றோர்களும், ஆசிரியர்களும் அதிகளவில் பங்களிக்கின்றனர். அதிகரித்த சோதனை அழுத்தங்கள் மாணவரின் கற்றலில் இடர்ப்பாடுகளை ஏற்படுத்தலாம்.

7.5.1.6 பேச்சில் சிரமம்

சில பிள்ளைகள், குறிப்பாக ஆண்கள் கதைக்கும் போதும், வாசிக்கும் போதும் சொற்களை உச்சரிக்க கஷ்டப்படுவர் (கொன்னை தட்டுவர்). இக்கஷ்டங்கள் மற்றவர் முன்னிலையிலும், அவதானிப்புக் கூடும் பொழுதும் அதிகரிக்கும். பெரும்பாலும் பயவுணர்வு, பதகளிப்பு உடையவர்களாக இம்மாணவர்கள் காணப்படலாம்.

ஆசிரியர்கள் இப்பிரச்சினைக்குத் தீர்வாகப் பேச்சுப் பயிற்சி கொடுக்கலாம். முதலில் எழுத்து எழுத்தாகவும், பின்னர் சொல் சொல்லாகவும், வசனம் வசனமாகவும் மெதுவாக உச்சரிக்கப் பழக்க வேண்டும். அதன் பிறகு பந்தி பந்தியாக வாசிக்கச் சந்தர்ப்பமும், பயிற்சியும் கொடுத்தல் நல்லது.

7.5.1.7 கூட்டாகச் செயற்படுவதில் இடர்ப்பாடு

குடும்பத்தில் தனி ஒரு பிள்ளையாக வளர்ந்த பிள்ளைகள், அசாதாரண பாதுகாப்புடன் வெளித்தொடர்புகள் வழங்கப்படாத பிள்ளைகள் சகவயதுப் பிள்ளைகளுடன் பழகச் சந்தர்ப்பம் கிடைக்காவிடில் பாடசாலைச் சமூகத்தோடு இணைந்து செயற்பட முடியாதவர்களாக இருப்பர். (உதாரணமாக, முன்பள்ளிகளில்) இவர்கள் குழுச் செயற்பாடுகளுக்காகக் கொடுக்கப்படுகின்ற உபகரணங்களைத்

தாம் மட்டுமே கையாள விரும்புவர். பகிர்ந்து கொள்ள முடியாத நிலை, விட்டுக் கொடுக்காத நிலை என்பன ஏற்பட்டுக் கூட்டு நடவடிக்கைகளில் ஈடுபடமுடியாத வர்களாகக் காணப்படுவர். சில பிள்ளைகள் எல்லாச் செயற்பாடுகளுக்கும் ஆசிரியர் களில் அல்லது பெற்றோர்களில் தங்கியிருப்பவர்களாக, தானாக இயங்கமுடியாத வர்களாக இருப்பார்கள். ஆசிரியர்கள் இயலுமான அளவு அவர்களை மற்றவர் களுடன் சேர்ந்து செயற்பட ஊக்குவிக்கலாம். சகமாணவர்களையும் சற்று விட்டுக் கொடுத்து அவர்களைச் சேர்த்துக்கொள்ளுமாறு அறிவுறுத்தலாம்.

7.5.1.8 தாழ்வு மனப்பான்மை

எமது சமூகத்தைப் பொறுத்தளவில் தாழ்வு மனப்பான்மை ஒரு பாரிய பிரச்சினையாக இருக்கின்றது. பெற்றோரின் குழந்தை வளர்ப்பு முறைகளாலும், ஆசிரியர் - வகுப்பறை - பாடசாலை நடவடிக்கைகளாலும் பெரும்பாலும் பிள்ளைகளில் இவ்வாறான நிலைமை உருவாகின்றது. பிள்ளைகள் சற்றுப் பயந்தவராகவும், அடக்கமும் கட்டுப்பாடும் கொண்டவராகவும் இருந்தால் அவர்களைக் கையாள்வது சுலபமாக இருக்கும் என்ற காரணத்தால் அவர்களது பிஞ்சு மனங்களை, வளர்ந்தவர்கள் பல வழிகளில் படிப்படியாக உடைக்கின்றார்கள். இதனால் பிள்ளைகள் உற்சாகமற்று, ஊக்கம், ஆர்வம் இல்லாமல் கற்பனை, ஆக்கத்திறன் அற்றவர்களாக, மௌனமாக, கருத்துக்களை வெளிப்படுத்த முடியாதவர்களாகக் காணப்படுவர். இது எமது சமூகத்திற்குப் பாரிய இழப்பாகும். ஏனெனில், உற்சாகமுடையவர்கள், துணிச்சலுடன் செயற்படுபவர்கள், சுதந்திரமாகச் சிந்தித்துக் கருத்துக்களை வெளிப்படுத்தக்கூடியவர்கள் என்போர்தான் சமூகத்தைத் தலைமை தாங்கி வழிநடத்தக்கூடியவர்களாகவும், புதியவற்றைக் கண்டு பிடிப்பவர் களாகவும், விஞ்ஞானிகளாகவும் வருவர்.

ஆகவே ஆசிரியர்கள் இவ்வாறான போக்கை எதிர்ப்பவராகவும் பாதிக்கப்பட்ட மாணவர்களின் சுயமதிப்பை, தன்னம்பிக்கையைக் கூட்டுவதற்காக அவர்களை உற்சாகப்படுத்திப் பாராட்டிச் சுதந்திரமாகச் சிந்திக்கவும் செயற்படவும் ஊக்குவிப்பவ ராகவும் இருக்க வேண்டும்.

7.5.1.9 புலன் உறுப்புகள் குறைபாடு

புலன் உறுப்புகளில் குறைபாடு உடைய பிள்ளைகள் அடையாளம் காணப்படாவிட்டால் அவர்கள் ஒதுக்கப்பட்டுப் பிரச்சினைக்குரிய பிள்ளைகளாக மாறுவர். உதாரணமாகக், கரும்பலகையில் எழுதும் அல்லது சொல்லட்டையில் காட்டப்படும் சொல்லைத் தவறுதலாக எழுதுமிடத்து, அல்லது சொல்வதைத் திருப்பிச் சொல்லாதவிடத்து, அல்லது விரைவாகச் சொல்லமுடியாதவிடத்து அப்பிள்ளைக்குக் கண்பார்வை அல்லது காது கேளாத குறைபாடு இனங் காணப்படலாம். இத்தகைய காரணங்களால் பிள்ளையின் செயற்பாடுகள் தாமதமாக நிகழலாம். இதனைக் கவனிக்காதவிடத்து தகுந்த பருவத்தில் முழுமையாகக் கற்கமுடியாது போகிறது.

எனவே பிள்ளைகளிடம் காணப்படுகின்ற இத்தகைய பொதுவான பிரச்சினைகளையும் அவற்றிற்கான காரணங்களையும் இனங்காணுந் திறன் ஆசிரியர்களிடம் இருத்தல் அவசியமாகும். இனங்காணப்படும் பிள்ளைகள் தகுந்த நிபுணத்துவ ஆலோசனைக்கு வழிகாட்டப்பட வேண்டும்.

7.5.2 விசேட பிரச்சினைகள்

- *விசேட பிரச்சினை என்பதில் நீங்கள் விளங்கிக் கொள்வது யாது?*
- *விசேட பிரச்சினைகள் எவை?*

பாரிய நெருக்கீடுகளுக்குள்ளாகும் பிள்ளைகள் கடுமையான நடத்தைப் பிரச்சினைகள் உடையவர்களாகக் காணப்படுவர். இத்தகைய பிள்ளைகளைப் பெற்றோர்களோ, ஆசிரியர்களோ கையாள முடியாது போகலாம். எனவே அவ்வாறு முடியாத பட்சத்தில், இதற்குரிய நிபுணத்துவம் பெற்றவர்களிடம் வழிப்படுத்துதல் ஆசிரியர்களது கடமையாகும்.

7.5.2.1 அதீத செயற்பாட்டு நிலை

குறிப்பிட்ட சிறியளவிலான மாணவர்களில் அதிதீவிர செயற்பாட்டு நிலை காணப்படும். எந்த நேரமும் ஏதாவது ஒன்றைச் செய்துகொண்டும், ஒரு செயலில் இருந்து இன்னொன்றுக்குப் பாய்ந்துகொண்டும், ஒரு செயலை முழுவதாக முடிக்காமலும், சகமாணவர்களுக்குத் தொல்லை கொடுத்துக்கொண்டும் இவர்கள் இருப்பதைக் காணலாம். கதிரையைவிட்டு எழுந்து திரிவது, வெளியில் ஓடுவது, பொருட்களை எடுப்பது அல்லது விழுத்துவது, விபத்துக்குள்ளாவது போன்ற இயல்புகளையும் அவதானிக்கலாம். இவர்கள் எப்பொழுதும் இயங்கிக் கொண்டிருப்பார்கள். ஒரு விடயத்தில் தொடர்ந்து கருத்தூன்ற முடியாமல், கவனம் அங்கேயும் இங்கேயுமாக ஈர்க்கப்படும்.

ஆசிரியருக்கும், பெற்றோருக்கும் இவர்களைக் கையாள்வது மிகச் சிரமமாக இருக்கும். அவர்கள் களைத்து, சலித்துப் போகலாம். இவ்வாறான சிறுவர்களுக்கு கட்டுப்பாடான சூழல் கட்டமைப்பு, ஒழுங்குமுறையில் அமைந்த செயற்பாடு, ஆபத்து வராத சூழல், சுலபமான இலக்குப் போன்றவை தேவைப்படும். இந்நிலை வயது அதிகரிப்புடன் குறைந்து செல்லும்.

7.5.2.2 அதீத முரட்டுத்தனம்

முரட்டுத்தனமாகச் செயற்படும் பிள்ளைகள் பகைமையான உணர்வைக் கொண்டிருப்பார்கள். இப்பகைமை உணர்வு பல்வேறு காரணங்களினாலும் ஏற்படலாம் என்பதால் முரட்டுத்தனமான செயலுக்கான காரணம் என்ன என்பதைக் கண்டறிவது அவசியமாகும். குடும்ப ஒழுக்கப்பாடு குறைவு, சீரான சமூகமயமாக்கல் நடக்காமை, பிறழ்வான முன்மாதிரிகள், தேவைகள் பூர்த்தி செய்யப்படாமை போன்ற காரணங்கள்

பிள்ளைகளில் முரட்டுத் தன்மையை உருவாக்கலாம். மேலும் இவர்கள் தமது முரட்டுத்தனத்தை வெளிப்படுத்துவதுடன் அமைதி கொள்ளாது செயல்களில் அழிவுத் தன்மைகளை ஏற்படுத்தியவாறு காணப்படுவார்கள். சிலர் எத்தகைய பரபரப்போ, இரக்கமோ, குற்றவுணர்வோ இன்றி மிகவும் மட்டுமீறிய கொடுமைகளில்கூட ஈடுபடுவர். இச்சிறுவர்களை எதுவும் ஈர்ப்பதில்லை. அவர்களைக் கட்டுப்படுத்துவதும், விமர்சிப்பதும் பெரிய தாக்கத்தை அவர்களுக்கு ஏற்படுத்துவதில்லை. ஏனென்றால் மற்றவர்கள் தம்மைப் பற்றி என்ன நினைக்கிறார்கள் என்பது அவர்களுக்கு முக்கியமில்லாத ஒன்றாகும். அவர்களின் மனச்சாட்சியும் உரிய பருவத்தில் அமையாமல் போயிருக்கும். இவ்வாறானவர்கள் சண்டை போடல், வன்செயல்களில் ஈடுபடல், பாடசாலைக்குச் செல்ல மறுத்தல், பொதுவான அழிவுச் செயல்களில் ஈடுபடல் போன்ற செயற்பாடுகளில் ஈடுபடுவார்கள். இவற்றில் பெரும்பாலானவை மட்டுமீறிய ஆவேசம், அதிகூடிய கோபம் காரணமாகவும் ஏற்படுகின்றன. ஒரு சில விரக்தியாலும் கவலையாலும் ஏற்படுவதும் உண்டு.

இவர்களுக்கு கட்டுப்பாடுடனான கட்டமைப்பைக் கொண்ட சூழல் தேவைப் படும். வலோத்கார உணர்ச்சிகளை வெளிப்படுத்தச் சந்தர்ப்பங்கள் கொடுக்கப்படுவது டன், தெளிவான இலக்குகள், விதிகள் போன்றன கொடுக்கப்படுவதும் தேவை யானது.

7.8.2.3 அதீத பயம்

சாதாரண சிறுவர்களிடம் அவதானிக்கப்படுகின்ற பயங்கள், உயரமான இடங்கள், பாம்பு, விஷப்பூச்சிகள், புதிய மனிதர், ஆட்கடத்தல், வாகன விபத்துகள், போர் அனர்த்தங்கள் போன்றவற்றால் வருபவையாகும். பொதுவாக சிறுவர்கள் இருட்டுக்குப் பயப்படுவார்கள். இத்தகைய அச்சங்கள் வயது வரவரக் குறைந்து செல்லும்.

சில சிறுவர்கள் தொடர்ச்சியான பயத்துக்கு உள்ளாவார்கள். இவர்களில் உளப்பாதிப்பினை வெளிப்படுத்தும் ஒரு சமிக்ஞையாகப் பதகளிப்பை நாம் கண்டுகொள்ளலாம். அவர்கள் தமது பதகளிப்பால், செயலற்றவர்களாகவும், எதையும் செய்யப் பயப்படுபவர்களாகவும் காணப்படுவர். அவர்களது பயங்கள் கொஞ்சமும் தர்க்க ரீதியற்றதாக இருக்கலாம். கூரை கீழே விழுந்துவிடும், மின்னல் எமது வீட்டைத் தாக்கிவிடும், எமது முழுக்குடும்பமும் வெள்ளத்தால் அழிந்துவிடும் என்பன போன்ற பயங்களைக் கொண்டிருக்கலாம். இவர்கள் சாதாரண சம்பவங்களுக்கும் அதிகூடிய பயத்தைக் காட்டுவர், காரணமின்றிப் பயப்படுவர். இவர்களது பயத்துக்கு எல்லையே கிடையாது.

சற்று ஆராய்ந்து பார்த்தால் பெரும்பாலும் இவர்களின் வாழ்க்கையில் ஒரு அச்சுறுத்தும் நிகழ்வு, அசம்பாவிதம் அல்லது முக்கிய சந்தர்ப்பத்தில் பெற்றோரின் உதவி கிடையாது தனிமைப்படுத்தப்படல், பிரிவுகள் போன்றவை நடந்திருப்பதைக் காணலாம். இவர்கள் தமது பயத்தைக் கட்டுப்படுத்துவதற்குப் பயிற்சிகள் கொடுக்கலாம். சாந்தவழிமுறைகளும் இதற்குச் சிறந்தன (அலகு 9ஐப் பார்க்கவும்).

7.5.2.4 பிரிவுப் பதகளிப்பு

காந்தன் 11 வயதுப்பிள்ளை. கல்லூரியில் தரம் 6இலிருந்து தரம்7க்கு வகுப்பேற்றப்பட்டுள்ளான். எல்லாப் பாடங்களிலும் அதிக புள்ளியைப் பெற்றிருக்கிறான். குடும்பத்தில் ஒரே பிள்ளை.

இவனது தாயும் தந்தையும் கடந்த இரு வருடங்களாகப் பிரிந்து வாழ்கின்றனர். தாயிடம் இருந்துகொண்டு தந்தையிடமும் சென்று வருவான். தாயார் வீட்டில் தந்தையைப் பற்றியும், தந்தையார் வீட்டில் தாயைப் பற்றியும் குறை கூறுவார்கள். இதனால் தந்தை வீட்டில் தங்குவதைத் தாயார் தடுக்கின்றார்.

இவன் கடந்த ஒரு வருடமாக அதிக நேரம் கடவுளை வணங்குவான். (உடனே நிறுத்தமுடியாதிருப்பான்) செருப்பைக் கழற்றியவுடன் இரண்டையும் நேராகவும் சமனாகவும் வைக்க முயலுவான். தண்ணீரைப் பல தடவைகள் பாத்திரத்தில் எடுத்துக் குடிப்பான். கழிவகற்றலின் பின் பத்து அல்லது பதினைந்து தடவைகள் தண்ணீர் ஊற்றுவான். கைகளைப் பல தடவைகள் சவர்க்காரம் போட்டுக் கழுவுவான். கேற்றைப் பூட்டியபின் பல தடவைகள் பூட்டப்பட்டுள்ளதா எனப் பார்த்து வருவான். புத்தகங்களைப் பல தடவைகள் அடுக்கிச் செம்மையாக வைப்பான். எதற்கும் பிடிவாதம் பிடிப்பான். அதிக கோபத்தையும் வெளிக்காட்டுகிறான்.

காந்தனைச் சித்திரம் வரையச் செய்தபோது கடற்கரைக் காட்சியை மிகவும் அழகாகவும் நேர்த்தியாகவும் வரைந்து காட்டினார். அந்தக் கடற்கரையில் இரண்டு உயர்ந்த தென்னை மரங்களும், நடுக்கடலில் இரண்டு சிறு படகுகள் செல்வதாகவும் வரைந்திருந்தான்.

ஒரு வருடகாலமாக இவனுக்கு உளவளத்துணை செய்யப்பட்டு வருவதால் இவரது நடத்தையில் முன்னேற்றம் காணப்படுகிறது.

சில பிள்ளைகள் தமது பெற்றோரிடமிருந்து, விசேடமாகத் தாயில் இருந்து பிரிவதற்குக் கஷ்டப்படுவர். இவர்கள் ஆரம்பத்தில் வகுப்பறையிலும் பெற்றோரின்றி தனியாக இருக்கப் பயப்படுவர். பாடசாலைக்குவர மறுப்பதற்கு இதுவும் ஒரு காரணமாகலாம். இவ்வாறான பிள்ளைகள் தமது பெற்றோரிடமிருந்து முன்பு பிரிக்கப்படாதவராக, அல்லது ஒரு மிக நெருக்கீடான சூழ்நிலையில் (போர், அனர்த்தம், இடப்பெயர்வு) வலுக்கட்டாயமாகப் பிரிக்கப்பட்டவராக இருக்கலாம். இவர்கள் சிறிது நேரம் பெற்றோரைப் பிரிந்தாலும் அவர்கள் வந்தவுடன் ஓடிப்போய் அவர்களைக் கட்டிப்பிடிப்பர். இவ்வாறான நிலைகளில் ஆசிரியர்கள், பிள்ளைகளைச் சிறிது சிறிதாகப் பெற்றோரிடமிருந்து பிரித்து, முதலில் கொஞ்ச நேரத்திற்கும், போகப் போகக் கூடிய நேரத்திற்கும் வகுப்பறையில் இருக்கப் பழக்கலாம். பெற்றோர் இவர்களைப் பாதுகாப்பான, ஆதரவான சூழலில் வளர்ப்பதோடு, தாங்கள் எங்கே போகிறோம்? எவ்வளவு நேரத்தில் வருவோம்? என்று உறுதியாகச் சொல்லிச் செல்வதும், அதன்படி நடப்பதும் நன்மையானது.

7.5.2.5 ஒதுங்குதல்

இவர்கள் வெட்கம், அச்சம், கீழ்ப்படிவு, ஒதுங்கிப்போதல், தனித்துப்போதல், அசிரத்தை, அமைதி என்பவற்றை அதிகமாகக் கொண்டிருப்பார்கள். தமது சாதாரணமான உணர்வுகளை வெளிப்படுத்துவதில் சிரமப்படுவர். இவர்களுக்குச் சொற்ப நண்பர்களே இருப்பர். அத்துடன் கூட்டு விளையாட்டுக்களை தவிர்த்துக்

கொள்வர். எப்போதும் மற்றவர்களே முதலில் அன்பைக் காட்ட வேண்டும் என்று எதிர்பார்ப்பார்கள்.

இச்சிறுவர்கள் பாடசாலையில் ஆசிரியர்கள் அல்லது மாணவர்கள் ஆகியோருடன் உரையாடத் தயங்குவர். இவர்கள் ஒரு கேள்விக்கான பதிலை உரத்துக் கூற வெட்கப்படுவர். "ஓம்" அல்லது "இல்லை" என்ற வார்த்தைகளுடன் மட்டும் தமது கருத்துப் பரிமாறலைச் செய்வார்கள் அல்லது அதையும் சொல்லாமல் இருப்பார்கள். சும்மா அமைதியாக நீண்ட நேரத்துக்கு இருப்பார்கள். விளையாடும் போது சமூகத்தில் உள்ள அமைதியான பாத்திரங்களைத் தமக்காகத் தெரிவுசெய்து கொள்வார்கள்.

இவர்களுக்குக் குழுந்தைப் பருவத்தில் விருத்தியடைவதற்கான தூண்டல்கள் கிடையாமல் போயிருக்கலாம். தாயின் அன்பு போதியளவு கிட்டாமல் இருந்திருக் கலாம். வேறு சிலருக்கு அண்மைக்கால நிகழ்வுகள் கசப்பாக அமைந்திருக்கலாம். குறிப்பாக உறவுகளை மேற்கொள்ள எத்தனிக்கும் போது அவை மறுக்கப்பட்டிருக் கலாம். ஆசிரியர்கள், இவ்வாறு ஒதுங்கும் தன்மை அண்மைக்காலத்தில் தோன்றிய மாற்றமோ அல்லது பிள்ளை குழந்தைப் பருவத்தில் இருந்தே ஒதுங்கிக் காணப்பட்டதோ, என்று விசாரித்து அதற்கான காரணத்தையும் அறிந்துகொள்ள வேண்டும்.

ஆசிரியர்கள் ஒதுங்கும் பிள்ளைகளை அதிலிருந்து வெளிக்கொணர உதவவேண்டும். அவர்கள் மற்றவர்களுடன் சேர, கூட்டுமுயற்சிகளில் ஈடுபட ஊக்குவிப்பதுடன், மற்றவர்களையும் அவர்களுடன் இணைந்து பழகச் சந்தர்ப்பம் அளிக்க வேண்டும்.

7.5.2.6 மனச்சோர்வு

சிலவேளைகளில் மற்றைய மாணவர்களையும் பார்க்கச் சோர்ந்துபோய் கவலையான உணர்ச்சியுடனும், வாட்டமான முகத்துடனும் இருக்கும் பிள்ளைகளைக் காணலாம். இவர்களில் எளிதில் அழுதல், ஆர்வமின்மை, ஒதுங்குதல், செயற்பாடுகளில் தாமதம், பசியின்மை, பலவீனம் போன்ற அறிகுறிகள் காணப்படும். பெரும்பாலும் இழப்புகள், குறிப்பாக குடும்ப உறவினர்களின் மரணம், இவ்வகையான மனச்சோர்வுக்குக் காரணமாகலாம். ஆசிரியர் இம்மாணவருடன் கரிசனையாகக் கதைத்து, ஆதரவளித்து உற்சாகப்படுத்தலாம். அத்துடன் நம்பிக்கை அளிக்கும் சிந்தனைகளும் கருத்துகளும் பயனளிக்கும்.

7.5.2.7 இழவிரக்கம்

அன்புக்குரியவரின் இழப்பினைத் தொடர்ந்து வருகின்ற வருந்தும் நிலையை இழவிரக்கம் என்று குறிப்பிடுகின்றோம். இது எதிர்பார்க்கக்கூடியதே. பிள்ளைகள் மரணத்தைப் பற்றிய முழுத் தாற்பரியங்களையும் விளங்காவிட்டாலும், அவர்களின் விருத்தி நிலைக்கேற்றவாறு அதனை உணர்ந்துகொள்வார்கள். ஆகவே, மரணம் சம்பவித்ததைப் பற்றி மூடிமறைத்தோ, அல்லது அவர்களுக்கு ஏற்படக்கூடிய துயரத்தைத் தவிர்ப்பதற்கு வேறு கட்டுக்கதைகளைச் சொல்லியோ (அப்பா

வெளிநாடு போட்டார்) சமாளிப்பது உகந்ததல்ல. ஏனெனில், பிள்ளைகள் ஏதோவொரு விதத்தில் நடந்ததைப் பற்றி அறிந்துகொள்வர். அதை மறைப்பது தாக்கத்தை மேலும் கூட்டும்.

சிறுவர்கள் நடந்ததைப் பற்றிக் கதைத்து, அதன் விபரங்களை அறிந்து, இறுதிச் சடங்குகளில் பங்குபற்றி, தமது உணர்ச்சிகளை வெளிப்படுத்தச் சந்தர்ப்பம் அளிப்பது நீண்டகால நோக்கில் அவர்களின் உளநலத்திற்குத் தேவைப்படுகின்றது. மற்றவர்களுடன் கருத்துகள் பரிமாறி, அவர்களின் ஆதரவையும், விளக்கத்தையும் பெறுதல் நல்லது. அந்த முடிந்துபோன நெருங்கிய உறவை நல்லமுறையில் ஜீரணித்து ஈடுசெய்ய இச்செயற்பாடுகள் உதவும். ஆரம்பத்தில் சிலகாலத்திற்குப் பிள்ளை மனச்சோர்வுடன் இருக்கும் என்று எதிர்பார்க்கலாம். ஆயினும் படிப்படியாக அத்துயரத்திலிருந்து வெளிவரவேண்டும். இழந்த தாய், தந்தை, சகோதரருக்குப் பதிலாக இன்னுமொருவர் (உதாரணமாக, தாயிற்குப் பதிலாகச் சித்தி அல்லது மாமி) அந்த முக்கிய பாகத்தை ஏற்கவேண்டிவரும். பல சந்தர்ப்பங்களில் எஞ்சியிருக்கும் பெற்றோர் இறந்தவரின் பாகத்தையும் சுமந்து நடக்க நேரிடலாம்.

7.6.2.8 படுக்கையை நனைத்தல்

நான்கு வயதுக்குப் பிறகும் 10 முதல் 15 வீதமான குழந்தைகள் படுக்கையில் சலங்கழிக்கின்றனர் என்று மதிப்பிடப்பட்டுள்ளது. சில பிள்ளைகள் பகல் நேரத்திலும் உடுப்புகளை நனைக்கிறார்கள். பெரும்பாலான பிள்ளைகளுக்கு மூன்று வயதளவில் சலப்பையினைக் கட்டுப்படுத்தும் பழக்கம் விருத்தி அடைகிறது. ஆயினும் இரவில் படுக்கையை நனைத்தலை நிறுத்திய பிள்ளைகள் பின்பு நித்திரையில் சலம் கழித்தலை ஆரம்பித்தால் அதற்கு உளவியல் காரணங்கள் இருக்கலாம். குழந்தைகளின் வயது கூடக்கூட, இப்பிரச்சினை தானாகவே குறையும்.

புதிய இடத்திற்குச் செல்வது, பயப்பாடு, பதகளிப்பு அல்லது பாதுகாப்பற்ற உணர்வு, பாடசாலை அல்லது ஆசிரியரின் மாற்றம், வீட்டில் தகராறு போன்ற விடயங்கள் நனைத்தலுக்குக் காரணமாகலாம்.

பிள்ளைகள் தம்மை நனைத்தலுக்குப் பின்வரும் காரணங்கள் முக்கியம் வாய்ந்தவையாகலாம்.

- → பயப்படுத்தும் சம்பவங்களைக் காணுதலின் பிரதிபலிப்பு
  உதாரணமாக, எறிகணை வீச்சு, சண்டை அல்லது தனக்குத் தெரிந்தவர்களுக்கு எதிரான வன்முறைகள்.

- → குடும்ப வாழக்கையில் ஏற்படும் மாற்றத்தின் பிரதிபலிப்பு
  உதாரணமாக, வீட்டிலிருந்து பெற்றோர் அகன்று செல்லுதல், சகோதரரின் பிறப்பு அல்லது குழப்பமான குடும்பச் சூழல், அதிகார நிலைகளால் பாதிக்கப்படுதல்.

- → பதற்றம் மற்றும் பாதுகாப்பின்மை
  உதாரணமாக, இருட்டில் தனிமையாக இருத்தல், வீட்டிலிருந்து பிரிந்திருத்தல், குடும்பத்தின் பாதுகாப்பைப் பற்றிக் கவலைப்படுதல்.

இத்தகைய நனைத்தல் பிரச்சினை பொதுவாக ஆரம்பப் பாடசாலை மாணவர்களிடையே காணப்பட்டாலும் வளர்ந்த பாடசாலை மாணவர்களிடையேயும் காணப்படலாம். பொதுவாக இப்பிரச்சினை உள்ள பிள்ளைகளை ஏசுவதோ, தண்டிப்பதோ, கேலி செய்வதோ பயனளிக்காது. ஆதரவாக இருந்து, நனைத்தலால் ஏற்படும் விளைவுகளுக்கு அவர்களைப் பொறுப்பெடுக்க வைத்தல் நல்லதொரு அணுகுமுறையாகும். உதாரணமாக, நனைத்த துணிகளை அகற்றிச் சுத்தம் செய்வதை அவர்களது கடமையாக்கலாம்.

மனோகரன் 8 வயதுச் சிறுவன் குண்டுத்தாக்குதலில் பெற்றோரை இழந்த பின் சிறுவர் காப்பகம் ஒன்றில் சேர்க்கப்பட்டான். இல்லத்திற்கு வந்தபோது 'நல்ல பிள்ளையாகவே' இருந்தான். மூன்று மாதத்தின் பின் இரவில் படுக்கையை நனைக்கத் தொடங்கினான். படுக்கையை நனைத்தமைக்காக இல்லப் பொறுப்பாளரால் தண்டிக்கப்பட்டான். இப்போது ஒரு இரவில் இரண்டு மூன்று முறை நனைத்து விடுவான். காலையில் படுக்கை விரிப்பைச் சுருட்டி மூலையில் எறிந்து விட்டுப் பாடசாலைக்குப் போய் விடுவான். எவ்வளவு முயற்சி எடுத்தாலும் அவன் திருந்தவில்லை என இல்லப் பொறுப்பாளர் கூறுகிறார்.

செயற்பாடு

- மனோகரனின் பிரச்சினையை எவ்வாறு கையாளலாம்? எனப் பயிற்றுநர்கள் கலந்துரையாடலாம்.
- ஒவ்வொரு வழிமுறைகளினதும் சாதகமான, பாதகமான அம்சங்கள் பற்றித் தெளிவுபெறப் பயிற்றுநர்கள் உதவலாம்.

7.5.2.9 மெய்ப்பாட்டு முறையீடுகள்

சிறுவர்கள் அதிகளவிலான உடல் முறைப்பாடுகளைச் சிலவேளை கூறுவார்கள். உடலில் உடல் நோயியல் காரணமின்றித் தோன்றும் முறைப்பாடுகளே மெய்ப்பாட்டு முறைப்பாடாகும். பிள்ளைகள் தலையிடி, வயிற்று நோ, வயிற்றுக் குத்து, வலி, மயக்கம், நெஞ்சு இறுக்கம், உடலில் ஆங்காங்கு ஏற்படும் நோவும் வலியும் போன்ற முறைப்பாடுகளைப் பொதுவாக வெளிப்படுத்துவார்கள். பல்வேறு காரணங்களால் மனக்குழப்பத்திற்குள்ளாகிய சிறுவர்கள் உடலியல் குணங்குறிகளை முறையிடுவதன் மூலம் ஏதோவொருவிதத்தில் மறைமுகமாகப் பயன்பெறுவர். இதன் மூலம் முக்கிய பொறுப்புக்களிலிருந்து விடுபடலாம், அல்லது நெருக்கடியான நிகழ்வைத் தவிர்க்க உதவலாம். இவற்றைவிடத் தம்மேல் கவனத்தை ஈர்க்கும் ஒரு வழியாகவும் மெய்ப்பாட்டு முறைப்பாடு காணப்படுகிறது. ஆயினும் பிள்ளைகள் வேண்டும் என்று இவ்வாறு நடிக்கிறார்கள் என்று விளங்குவது தவறாகும். அவர்கள் உண்மையிலே தமது விருப்பமின்றி உடலியல் நோக்களையும் வேதனைகளையும் அனுபவிப்பார்.

உதாரணமாக, சிறுவன் ஒருவனுக்குப் பாடசாலையில் கொடுக்கப்பட்டுள்ள வீட்டு வேலையைச் செய்யவில்லை என்பது பாடசாலைக்குச் செல்லும் நேரம் நினைவிற்கு வரும் போது "எனக்கு வயிற்றுக்கை ஏதோ செய்யுது" என்பான். இதைக் கேட்ட பெற்றோர்கள் பிள்ளைக்கு உடல் நலம் பாதிக்கப்பட்டுள்ளது என நினைத்துப் பாடசாலைக்குச் செல்லவிடாது மறித்துவிடுவார்கள்.

மெய்ப்பாட்டு முறைப்பாடுகளுக்கு அவற்றைக் கவனியாது, வேறு செயற்பாடுகளுக்கு முக்கியத்துவம், கவனம் கொடுப்பது நன்று. சாந்தவழிமுறை களும், கலை கலாசாரச் செயற்பாடுகளும் உதவும்.

7.5.2.10 இயல்புக்கு மாறான நடத்தைகள்

சில சிறுவர்கள் மற்றவர்களுக்கு எரிச்சலூட்டக்கூடிய, குழப்பமான செயல் களைத் தொடர்ச்சியாக அல்லது திரும்பத் திரும்ப அல்லது அடிக்கடி காட்டுவர்.

அகிலன் 7 வயது மாணவன். யாழ். போதனா வைத்தியசாலை உளநோய்ச் சிகிச்சைப் பிரிவிற்கு குழந்தை வைத்திய நிபுணரால் அனுப்பிவைக்கப்பட்டார். அகிலன் எழுதும்போதும், தேநீர் பானம் அருந்தும்போதும் கைகள் நடுங்குவதாகவும், தலையை அசாதாரணமாக ஆட்டுவதாகவும் முறையிடப்பட்டது. இவைதவிர அகிலன் மெதுவாகவே பேசுவதாகவும், பாடசாலையில் மற்றைய மாணவர்களுடன் ஒப்பிடுகையில் தாமத மாகவே தனது பாடவேலைகளைச் செய்வதாகவும் வகுப்பு ஆசிரியர் அவதானித் திருந்தார். அவன் ஒவ்வொரு தடவையும் எழுதத்தொடங்கும்போதும் பேசத் தொடங்கும் போதும் படிப்படியாக நடுக்கம் ஆரம்பிக்கிறது.

அகிலன் இயற்கையாக இடதுகைப் பழக்கம் உடையவன். ஆனால், எழுத ஆரம்பித்து மூன்று மாதங்களில் பலவந்தமாக வலதுகையினால் எழுதுவதற்கு மாற்றப்பட்டான். அவனது தாயாரும் சித்தியும் அடித்தல் போன்ற தண்டனைகள் மூலம் இதனைச் சாதித்தனர்.

அகிலனுக்கு உதவும் முகமாக விரும்பிய சித்திரங்களை வரையும்படி கூறி உணர்ச்சிகளை வெளிப்படுத்தி ஆறுதல் அடைய வைக்கலாம்.

பிரச்சினைகளை மனந்திறந்து சிறுவர்களுக்கான உளவளத்துணையாளர் ஒருவருடன் கதைப்பதன் மூலம் அகிலனின் ஆழ்மனதில் இருக்கும் பிரச்சினைகளை வெளிக்கொண்டுவந்து ஆற்றுப்படுத்தலாம்.

சாந்தவழிமுறைகள் மூலம் உடலையும், மனதையும் தளர்வடையச் செய்து அமைதியாக வைத்திருக்கப் பழக்கலாம். இதன் மூலம் கைநடுக்கமும் ஏனைய மெய்ப்பாடு வெளிப்பாடுகளும் குறையும்.

அகிலன் ஆரம்பத்தில் இடதுகையினாலேயே எழுதத் தொடங்கியிருக்கிறான். எமது பண்பாட்டில் இடதுகை ஊத்தையாகவும், கழிவகற்றலுக்குப் பாவிப்பதாகவும் கருதப்படுகிறது. ஒருவருக்கு இடதுகையால் எதையும் கொடுப்பது பாரிய அவமானம், குற்றமாக எடுக்கப்படுகிறது. பின்னர் அவன் தண்டனைகளைப் பெற்றதன் மூலம் வலதுகைக்கு மாற்றப்பட்டான். அவனது பிரச்சினைக்கு இது காரணியாக அமையலாம். ஆகவே அகிலன் விரும்பினால் அல்லது தற்செயலாக இடதுகையால் எழுதினால் அதைத் தடுக்காமல், தண்டிக்காமல்விடப் பெற்றோருக்கு ஆலோசனை கொடுக்கலாம்.

அவர்கள் ஓரக்கண்ணால் பார்த்தல், மூக்கை உறிஞ்சுதல், திடீரெனத் தசைகளையும் உடல் உறுப்புக்களையும் (வாய், கை, கழுத்து) இழுத்துக் கொள்ளல், முகத்தைச் சுளித்தல், நகத்தைக் கடித்தல், செருமுதல், கண்களைக் கசக்குதல், விரல் சூப்புதல் போன்ற செயற்பாடுகளில் அடிக்கடி ஈடுபடுவார்கள். மேலும் பாடசாலையில், அடிக்கடி மயங்கி விழுதல் போன்ற செயற்பாடுகளும் நிகழ்கின்றன. இத்தகைய செயற்பாடுகள், நடத்தைகள் தம்மை மற்றவர்கள் கவனிக்காத போதும் முக்கிய தேவைகள் நிறைவேற்றப்படாத பட்சத்திலும், நெருக்கீடுகளை அநுபவிக்கும் போதும் ஏற்படுகிறது. இவை, மற்றவர்களின் கவனத்தை ஈர்க்க நடப்பவையாக இருக்கலாம். நித்திரையில் அல்லது கவனம் வேறு விடயத்தில் ஈர்க்கப்படும் பொழுது இவை காணப்படாது.

சிறுவர்களில் இது போன்ற செயல்கள் திரும்பத் திரும்ப நிகழ்ந்தாலும் அவர்களிடம் இது நிரந்தரமாக இருப்பதில்லை. ஆயினும் உணர்வு ரீதியாக ஏதாவது தாக்கத்துக்குள்ளாகி இருக்கும் போதும் அல்லது சும்மா இருக்கும் போதுமே இவை காணப்படும். ஆகவே இவ்வாறான வெளிப்பாட்டிற்கான காரணத்தைக் கண்டுபிடித்து, அதற்கான தீர்வை நடைமுறைப்படுத்த உதவலாம். மேலும் பகுதி 7.5.2.9இல் கூறியனவற்றையும் செய்யலாம்.

7.5.2.11 விவேகக் குறைபாடு

விவேகக் குறைபாடுடைய பிள்ளை தமது சகவயதுடைய பிள்ளைகள் போன்று இல்லாமல் குறைந்த வயதுடைய குழந்தைப் பருவ நடத்தைகளையும் இயல்பு களையும் கொண்டிருக்கும் (அலகு 3ஐப் பார்க்கவும்). இப்பிள்ளைகள் முற்றாகப் பின்வாங்கும் இயல்புடையவர்களாகவும், தம்மைச் சூழவுள்ள உலகம் குறித்து யதார்த்த அறிவு குறைந்தவர்களாகவுமே இருப்பர். மற்றவர்களுடன் பேசுவதில் தயக்கத்தைக் கொண்டிருப்பின் பேசும் போது கூட குறைந்த சொற்றொடர்களைப் பாவிப்பர்.

கூடிய விவேகக் குறைபாடு உடைய பிள்ளைகள் ஒரு குறிப்பிட்ட நிலையிலேயே நீண்ட நேரத்திற்குத் தொடர்ந்திருப்பார்கள் அல்லது முன்னும் பின்னுமாகக் கதிரையில் ஆடிக்கொண்டிருப்பார்கள். மேலும் எந்தவிதமான முறைப்பாடும் செய்யாமல் தமக்குத் தாமே மிகவும் மோசமான காயங்களை ஏற்படுத்துவர். உதாரணமாக, தமது தலையைச் சுவருடன் மோதுவர். தமது விரலை கதவிற்குள் வைத்து நெரிப்பர். தம் மீது அழுக்கைப் பூசிக் கொள்ளக்கூடும். சாப்பிடக்கூடிய, சாப்பிட நினைக்காத பொருட்கள் என்ற வேறுபாட்டைக் காண முடியாமல் இருக்கலாம். எந்த வேறுபாடும் இன்றித் திரும்பத் திரும்பப் பல மணி நேரங்களாக ஒரு செயலைச் செய்துகொண்டிருப்பர். உதாரணமாக, ஒரு துண்டு நூலைத் திரும்பத் திரும்பச் சுற்றிக் கொண்டிருப்பர்.

சில கேள்விகள் கேட்கும்போது, இவ்வாறான பிள்ளைகள் கிளிப்பிள்ளையைப் போலக் கேள்வியைத் திரும்பத் திரும்பச் சொல்லுவார்கள். அல்லது எந்தவித துலங்கலையோ, எதிர்வினையையோ வெளிப்படுத்தாது இருப்பார்கள்.

மிதமான விவேகக் குறையாடு உடைய பிள்ளைகள் வகுப்புகளில் மற்றைய மாணவர்களுடன் போட்டியிட முடியாமல் பின்தள்ளப்படுவர். இவர்களில் மெதுவாகவே கற்றல் நடக்கும். ஆசிரியர்கள் அவர்களைப் பின்வாங்குகளுக்கு அனுப்பக்கூடும். ஆயினும் சற்றுப் பொறுமையுடன், சிரமப்பட்டு, விசேடமாகக் கற்பித்தால் இவர்கள் அடிப்படையான அறிவைப் பெற்றுக்கொள்வர்.

7.6 முடிவுரை

நாம் இதுவரை பாதிக்கப்பட்ட பிள்ளைகளை இனங்காண்பது பற்றிப் பார்த்தோம். போர், குடும்பப் பிரச்சினை, சிறுவர் துஷ்பிரயோகம், வறுமை போன்ற பல காரணிகள் பிள்ளைகளிடத்துப் பல பாதிப்புகளை ஏற்படுத்துகின்றன என்பதைக் கண்டோம். இப்பாதிப்புகள் மூலம் பெற்ற அனுபவங்கள் பல நெருக்கீடுகளைத் தோற்றுவித்து, பிள்ளைகளிடம் உடல், உள, நடத்தைசார் குணங்குறிகளை வெளிப்படுத்துகின்றன எனவும் அறிந்தோம்.

மேலும், இத்தகைய குணங்குறிகள் மூலம் பிள்ளைகளிடம் ஏற்பட்ட பிரச்சினைகளை ஆராய்ந்து, இலகுவில் கையாண்டு தீர்வுகாணக்கூடியவற்றைப் பொதுப் பிரச்சினைகளாகவும், நிபுணத்துவ உதவி தேவைப்படக்கூடிய பாரிய பிரச்சினைகளை விசேட பிரச்சினைகளாகவும் அறிந்துகொண்டோம்.

இப்பிரச்சினைகளுக்குரிய தீர்வுகாணும் நடவடிக்கைகள் பற்றி அடுத்த அலகுகளில் பார்ப்போம்.

PDF Reducer Demo

சருகுகள் ஆர்ப்பரித்துச் சத்தமிட
புயலெனப் பயந்து ஓலமிட
மென் குளிர் காற்று வீசிற்று
புழுங்கிய மேனி
புதுப் போர்வையிட்டது

8

உளவளத் துணை

- உளவளத்துணை என்றால் என்ன?
- உளவளத்துணையாளர் எப்படி இருப்பார்?
- உளவளத்துணையாளர் ஒருவர் பெற்றிருக்க வேண்டிய நுண்திறன்கள் எவை ?
- நாம் ஏன் மாணவர்களுக்கு உதவ விரும்புகிறோம்?

8.1 அறிமுகம்

இதற்கு முந்திய அலகு மாணவர்கள் எதிர்கொள்ளும் பிரச்சினைகள் பலவற்றை எடுத்துக்கூறியது. அவற்றைக் கையாளுவதற்கான வழிமுறைகள் பலவற்றை இனிவரும் இரண்டு அலகுகளும் பார்க்கும். அத்தகைய வழிமுறைகளில் உளவளத்துணை முக்கியமானது.

PDF Reducer Demo

இந்த அலகு ஒரு உளவளத்துணை அமர்வு எப்படி இருக்கும் என்பது பற்றியும், உளவளத்துணையாளர் ஒருவர் பெற்றிருக்கவேண்டிய நுண்திறன்கள் பற்றியும், உளவளத் துணையாளர் ஒருவரின் ஆளுமைக்கூறுகள் பற்றியும் சுருக்கமாக ஆராயும்.

உடனிருத்தல், உற்றுக்கேட்டல், ஒத்துணர்வு காட்டல் போன்ற பல நுண்திறன்களைப் பற்றி ஒன்றுக்குப்பின் ஒன்றாக இவ்வலகு பேசுகிறபோதும் அவை அவ்வாறு ஒன்றுக்குப்பின் ஒன்றாக நடைமுறைப்படுத்தப்படுவதில்லை. உளவளத் துணையின் போது அந்த நுண்திறன்கள் அனைத்தும் சேர்ந்த முழுமையே அங்கு தேவைப்படும். உதாரணமாக, உளவளத் துணையாளர் எதிர் கொள்ளலைச் செய்யும்போது அங்கு உடனிருத்தலும், உற்றுக்கேட்டலும், ஒத்துணர்வு காட்டலும் இருக்கும்.

பாதிக்கப்பட்ட மாணவர் எல்லோருக்கும் இங்கு காட்டப்படுகின்ற நுண்திறன்கள் அனைத்தும் பிரயோகிக்கப்பட வேண்டும் என்பதும் அவசியமில்லை. பல சிறிய மாணவர்களின் பிரச்சினைகள் உடனிருத்தல், உற்றுக்கேட்டல், ஒத்துணர்வு காட்டல் என்ற நுண்திறன்களைப் பிரயோகித்துக் கையாளக் கூடியவையாக இருக்கும். அதேவேளை உயர்தர வகுப்பில் படிக்கும் மாணவர் சிலருக்கு பல்வேறு பாதைகளைத் தேடல் என்ற நுண்திறனை இரண்டு மூன்று அமர்வுகளுக்குப் பாவிக்கவேண்டி இருக்கும்.

ஒவ்வொரு மாணவரும் தனித்துவமானவர். தேவைக்கேற்றபடி ஒவ்வொருவருக்கும் பொருத்தமான நுண்திறன்களைப் பாவித்து அவர்களுக்கு உதவுவது உளவளத்துணை ஆசிரியரின் திறமையாகும்.

தன் மனவானில் பூரண சந்திரன் தோன்றும் வேளைகளில் மகிழ்வாக இருந்த மாணவர் அங்கே அமாவாசை வரும்போது உளவளத்துணை ஆசிரியரிடம் வருகிறார். மாணவரின் மனவானம் எப்போதும் வளர்பிறை நிலாவைக் கொண்டிருக்க வைக்க உளவளத்துணை ஆசிரியரால் முடியும்.

8.2 உளவளத்துணையாளரின் ஆளுமைக் கூறுகள்

உளவளத்துணை வழங்கும் ஆசிரியர் ஒருவரின் ஆளுமைக்கூறுகள் ஏனைய ஆசிரியர்களின் ஆளுமையைவிடச் சிறப்பாக அமைந்திருக்க வேண்டும்.

இவர்கள் தமது சொந்த உடல், அறிகை, சமூக உணர்வு, ஆன்மிக வளர்ச்சியில் ஈடுபாடு கொண்டவர்களாய் இருப்பது நல்லது. ஏனெனில் உளவளத்துணை ஆசிரியரால் செய்யமுடியாத ஒன்றை மாணவரால் செய்யமுடியும் என எதிர்பார்க்கக்கூடாது. உளவளத்துணை ஆசிரியர் எப்போதும் மாணவருக்கு உதவ ஆயத்தமாய் இருப்பதோடு அதற்கு வேண்டிய ஆற்றல்களையும் மனப்பாங்கினையும் கொண்டிருப்பார். அவர்களுக்கு முன்மாதியாகத் திகழ்வதற்குத் தேவைப்படும் நடத்தைகள், பண்புகள் உடையவர்களாகக் காணப்படுவர்.

உடல்நலம் உள்ளத்திற்கு வலுவூட்டும் என்பதால் போஷாக்குணவு, பொருத்தமான உடற்பயிற்சி ஆகியவற்றினூடாகத் தமது உடல் தமக்கு ஆதரவாகச் செயற்படும் நிலையில் அதனை வைத்துக் கொள்வார்.

இவர்கள் கூடிய நுண்மதி உடையவர்களாய் இருப்பது நல்லது. விஞ்ஞானம் காலந்தோறும் தருகின்ற உயர்ந்த எண்ணக்கருக்களுக்கு மதிப்புத் தருபவர்களாயும் நிறையவே வாசிப்பவர்களாயும் கலந்துரையாடி விடயங்களைத் தெளிவுபடுத்து பவர்களாயும் இருப்பர்.

உளவளத்துணையாளர் என்பவர் ஒரு இலட்சிய புருஷராய் இருக்க வேண்டும் என்ற அவசியம் இல்லை. ஆனால் அவர் வளர்ந்து கொண்டிருப்பார்.

குறியீடுகளையும் கலைத்துவப் பண்புகளையும் கொண்ட இலக்கியங்களை

இவர்கள் விரும்பி வாசிப்பர். தாம் வாசித்தறிந்த விடயங்களைத் தமது பணிக்குச் சாதகமாகப் பயன்படுத்திக் கொள்வதுடன் தமது பணிகளைத் தாமே மதிப்பீடு செய்பவர்களாயும் இருப்பர்.

மனிதத் தேவைகளை நல்ல முறையில் புரிந்துகொள்ளக்கூடியவர்கள். தங்களுடைய அல்லது மாணவருடைய ஆழ்ந்த அல்லது கடுமையான உணர்வுகள் குறித்து இவர்கள் அஞ்சுவதில்லை.

துணைபுரிவது கடினமானது என்பதை இவர்கள் அறிவர். கடுமையாக உழைப்பது போலவே விவேகமாக உழைப்பதும் முக்கியம் என்பதையும் அறிவர். சாதனைகளில் அவர்கள் கருத்தாயிருப்பர்.

உடல் மொழிகளை வினைத்திறனுடன் கருத்துப் பரிமாற்றம் செய்து கொள்ள இவர்களால் முடியும். துணைபுரிதல் என்பதற்கு ஒரு இலக்கும் ஒரு சாதனை நோக்கும் உண்டென்று உளவளத்துணை ஆசிரியருக்குத் தெரியும்.

மாணவரை விளங்கிக்கொள்ள அவர்கள் உளப்பூர்வமாக முயல்வர். மாணவரின் கண்களுக்கு ஊடாக உலகைப் பார்க்க அவர்களால் முடியும். மாணவருடன் கூட இருப்பதன் மூலமும், அவர்களுடன் வேலை செய்வதன் மூலமும், அவர்களைப் பற்றித் தீர்ப்பிடாது உரையாடுவதன் மூலமும், அவர்களிடம் காணப்படும் நேரான உளவிசைகளை நம்புவதன் மூலமும் அவர்களை உளவளத்துணை ஆசிரியர் மதிப்பார்.

மாணவர் மீது உளவளத்துணை ஆசிரியருக்கு அக்கறையும் அன்பும் இருக்கும். மாணவரின் நன்மை கருதித் தமது உணர்வுகளை வெளிப்படுத்த அவர் தயங்குவதில்லை. அவரது உரையாடல்களில் மனிதத்துவமும் அக்கறையும் இருப்பினும் அவை கருத்துச் செறிவுடன் சுருக்கமாக இருக்கும். அவர் பொறுப்புணர்வும், கடமையைச் செய்துமுடிக்கும் மனப்பாங்கும் உடையவர். ஒரு மாணவனைப் பொறுப்பெடுத்தால் அந்த மாணவனின் நன்மைக்காக உண்மையாகத் தொடர்ந்து முயற்சிப்பார். தேவையானபோது தனக்கும் மாணவருக்கும் இடையில் உள்ள உறவைப் பற்றி மனம் திறந்து கதைக்க அவர் பின்னடிப்பதில்லை.

உன்னால் செய்யமுடியாத ஒன்றைப் பிறரிடம் எதிர்பார்க்காதே

வினைத்திறனுள்ள உளவளத்துணையாளர் கற்பனை ஆற்றல் உள்ளவர். உளவளத்துணை நாடியின் கற்பனை ஆற்றலைத் தட்டி எழுப்பவும் அவரால் முடியும். நல்ல உளவளத்துணையாளர் செயல் வீரராயும் இருப்பர். உளவளத் துணைத் தொழிற்பாடு வளர்ச்சி சார்ந்தது என்பதை அவர்கள் அறிவர்.

உளவளத்துணை ஆசிரியர் விரிவான துணைபுரியும் முறை ஒன்றைக் கடைப் பிடிப்பர். ஆயினும் முறை முக்கியமல்ல, மாணவரே முக்கியம் எனக் கருதித் தேவையான போது வளைந்து கொடுப்பர். உளவளத்துணை ஆசிரியர் தனிப்படவும் குழுக்களிலும் மனிதர்களுடன் இலகுவில் பழகுவர்.

பிறருடைய அந்தரங்க உலகில் புகுவதற்கு உளவளத்துணையாளர் பயப் படுவதில்லை. ஆயினும் தமது சொந்தத் தேவையைப் பூர்த்தி செய்வதற்காக அவர் பிறருக்குத் துணைபுரிவதில்லை.

தமது உளச்சக்தியை அசைத்து, அதன் மூலம் மாணவர்கள் தங்கள் சக்தியைப் பாவிக்கச் செய்ய உளவளத்துணை ஆசிரியரால் முடியும்.

உளவளத்துணை ஆசிரியருக்கும் சொந்தப் பிரச்சினைகள் இருக்கலாம். அவர்கள் அதைப் பற்றி விழிப்புணர்வுடன் இருப்பதுடன், அவற்றைக் கையாளத் தவறுவதில்லை. தாம் யார் என்பது அவர்களுக்குத் தெரியும். தமது வாழ்வில் இன்னும் வளர்ச்சிக்கு இடமுண்டு என்பதும் அவர்களுக்குத் தெரியும்.

நாம் வாழும் உலகம் இலட்சிய உலகம் இல்லை. மனிதர்கள் யாரும் இலட்சிய மனிதர்களும் இல்லை. ஆகவே உளவளத்துணையாளரிடமும் சிலவேளை சில குறைகள் காணப்படலாம். ஆயினும் அவர் அதை நிறைவாக்கவே முயற்சிப்பார்.

> செயற்பாடு
>
> ஒவ்வொரு பயிலுநரும் தமது ஆளுமைக்கூறுகளை இங்கு தரப்பட்ட பட்டியலுடன் ஒப்பிட்டுப் பார்க்கலாம். தமது ஆளுமையில் இன்னும் வளர்த்தெடுக்கக்கூடிய அம்சங்களை இனம் காணுமாறு கேட்கப் படலாம். அவை பற்றி முழு வகுப்பு நிலையில் கலந்துரையாடலாம்.

8.3 அமர்வுகள்

நல்ல மனைவியை வறுமையிலும், சிறந்த நண்பனைக் கஷ்ட காலத்திலும், சுற்றத்தவனைத் துன்பத்திலும் தெரிந்துகொள்ளலாம் என்று ஒரு பழமொழி உண்டு.

'ஈயும் எறும்பும்கூட இன்பத்தில் உதவும். ஆகவே துன்பத்தில் உதவுபவரைத் தேடு' என்று எழுத்தாளர் மு.வ அவர்கள் தனது நாவல் ஒன்றில் குறிப்படுவார்.

ஆழ்ந்த விருப்பங்கள், ஆசைகள், உணர்ச்சிகள் ஆகியவற்றைப் பகிர்ந்து கொள்வதற்கு வாழ்வில் ஒருவர் இருப்பது மிக அவசியம். இப்படியான தேவையுடைய ஒரு மாணவர் எங்களைத் தேடி வரும்போது அமர்வுகள் ஆரம்பமாகும். ஒரு மாணவர் தற்கொலை எண்ணத்துடன் இருக்கிறார் என்பது போன்ற மிக அத்தியாவசியமான சந்தர்ப்பம் ஒன்றில் உளவளத்துணை ஆசிரியர் மாணவரைத் தேடிப் போகலாம்.

குறிப்பிட்ட மாணவர் ஆசிரியருக்கு உறவினராக இருந்தால் உளவளத்துணை உதவி தேவைப்படும் போது அவரை இன்னொரு உளவளத்துணை ஆசிரியரிடம்

அனுப்புவது சிறந்தது. ஏனெனில் உறவினரான மாணவர் பற்றிய அல்லது அவரது குடும்ப உறுப்பினர் பற்றிய முன் எண்ணக்கருக்கள் அல்லது அபிப்பிராயங்கள் ஆசிரியரிடம் இருந்தால் அது உளவளத்துணைக்கு இடையூறாக இருக்கும்.

பொதுவாக, உளவளத்துணை அமர்வு வாரம் ஒருமுறை நடப்பது பொருத்தமானது. மாணவரது பாதிப்பின் அளவைப் பொறுத்து இது கூட்டப்படலாம் அல்லது குறைக்கப்படலாம். ஆனால் மாணவரின் விருப்பத்திற்கு ஏற்றபடி மாற்றத் தேவையில்லை.

அமர்வுக்காக ஒரு நேரத்தை நிச்சயித்தபின் நாங்கள் குறித்த நேரத்தில் உளவளத்துணை அறைக்குச் சென்றுவிடுவது அவசியம். அப்படிச் செய்யாவிட்டால், "ஆசிரியருக்கு என் மீது அக்கறையில்லை" என்ற செய்தியை மாணவர் பெறக் கூடும். அது உளவளத்துணை உறவுக்காகக் கட்டி எழுப்ப வேண்டிய நம்பிக்கை யைப் பாதிக்கும்.

பாடசாலையில் ஒரு உளவளத்துணை அறை அமைத்துக் கொள்வது நல்லது. வசதியான இரண்டு இருக்கைகளைக் கொண்ட அமைதியான அறையாக அது இருத்தல் சிறந்தது. அறை டாம்பீகமாக இருக்கவேண்டிய அவசியமில்லை. ஆனால் பாதுகாப்பாகவும் நடுத்தரப் பருமன் கொண்டதாகவும் இருக்கவேண்டும். குறுக்கீடுகள் எதுவும் அற்ற அந்த அறையின் வெளியே கதைப்பது உள்ளே கேட்காமல் இருக்கும். கதைப்பது இரகசியமாகவும் அந்தரங்கமாகவும் பேணப்படும் என்ற உணர்வு ஏற்பட வேண்டும்.

அறைச் சுவர்கள் பச்சை வர்ணத்தைக் கொண்டிருத்தல் உகந்தது. வேறு நிறங்கள் அமைந்தாலும் சிவப்பு நிறம் அமையாதிருக்க வேண்டும். இரண்டு ஒரே மாதிரியான கதிரைகளுக்குப் பக்கத்தில் இரண்டு சிறிய ஸ்டூல்கள் இருக்கலாம். அந்த ஸ்டூலில் கைக்குட்டை ஒன்று வைக்கப்படலாம். தேவையற்ற பொருள்கள் ஏதும் அறையில் இருப்பது அவசியமில்லையாயினும் அமைதியான இயற்கைக் காட்சிகள் கொண்ட படங்களும், ஓரிரு பூச்சாடிகளும், ஒரு கறுப்பு அல்லது வெள்ளைப் பலகையும் (எழுதக்கூடியது) இருக்கலாம்.

ஆசிரியரும் மாணவரும் அமரும் கதிரைகளுக்கு இடையில் ஒரு விரிகோணம் அமையும். ஆசிரியர் கதிரையில் இருந்த பின்னர் மாணவர் எவ்வளவு தூரத்தில் அமர வேண்டும் என்பதைத் தீர்மானித்துத் தனது விருப்பப்படி அமர அனுமதிக்கலாம். பொதுவாக, உளவியல் ரீதியாக, இருவருக்கிடையில் ஒரு "பாதுகாப்பான தூரம்" என்ற ஒன்று இருக்கின்றது. இது ஆளுக்கு ஆள் வேறுபடலாம்.

"அண்டை வீட்டுக்காரரிடம் அன்பு கொள். ஆனால் வேலியை மட்டும் நீக்கி விடாதே" என்று பெஞ்சமின் பிராங்க்ளின் கூறியதையும் நினைவுகொள்ளவேண்டும்.

ஆசிரியரின் இடதுபக்கத்தில் மாணவர் அமர்வது உசிதமானது. மூளையவரைக் கோளத்தின் இடதுபக்கம் தர்க்க ரீதியானது என்றும் வலதுபக்கம் உணர்வு ரீதியானது என்றும் சொல்கிறார்கள்.

உளவளத்துணை அறைக்கதவு மூடப்படிருக்க வேண்டுமா இல்லையா என்பதை அவ்வப்போது தீர்மானிக்கலாம். ஆசிரியர் ஆணாகவும் உளவளத் துணைநாடி பெண்பிள்ளையாகவும் இருக்கும் சந்தர்ப்பங்களில் அறைக்கதவு திறந்திருப்பது நல்லது. தேவைப்பட்டால் பெண் மாணவியுடன் இன்னொரு மாணவி அல்லது ஆசிரியை உடனிருக்கலாம். அவர் உளவளத்துணையில் கலந்து கொள்ளாமல் தூரத்தில் இருப்பார்.

முதலாவது நாள் பிள்ளையுடன் கதைக்கும்போது பொதுவிடயங்களைக் கதைத்து அமர்வை ஆரம்பிக்கலாம்.

ஆசிரியர்	:-	*வாங்கோ சர்மிளா! என்ன சாப்பிட்டீங்கள் காலமை?*
மாணவர்	:-	*இடியப்பம்*
ஆசிரியர்	:-	*ஆ.......பஸ்ஸிலைதான் வழக்கம் போலை பள்ளிக்கூடம் வந்தனீங்களாக்கும்.*
மாணவர்	:-	*ஓம்*
ஆசிரியர்	:-	*சரி, இப்ப நாங்கள் விஷயத்துக்கு வருவம். சொல்லுங்கோ.*

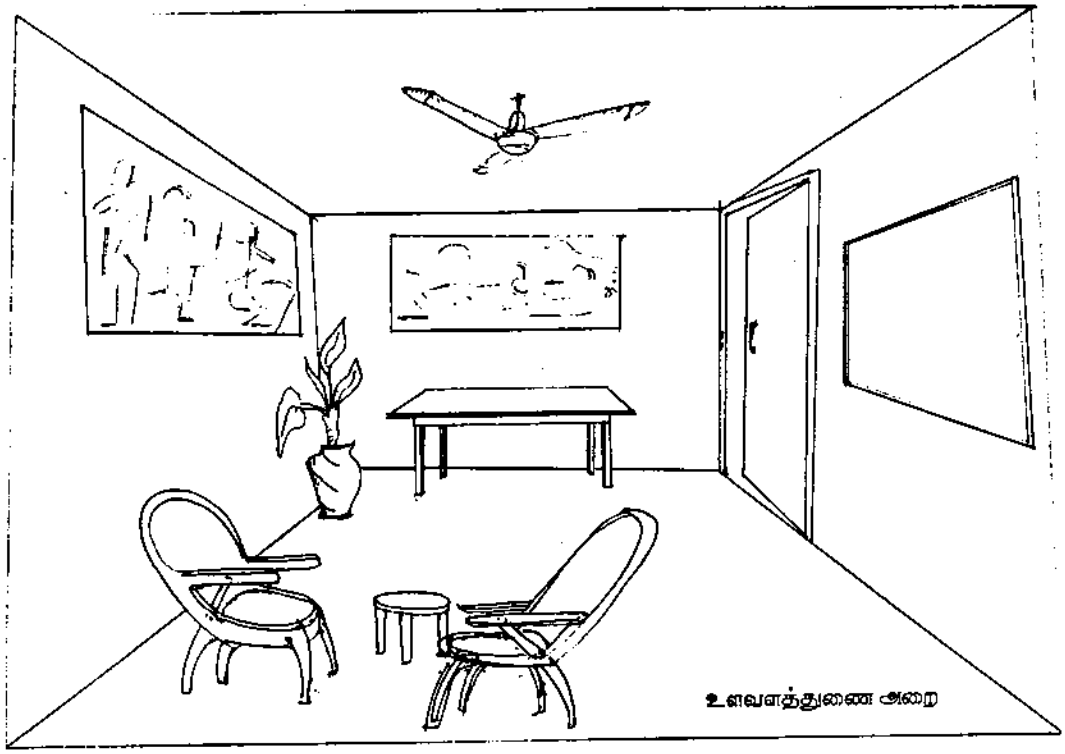
பொது விடயங்களைக் கதைத்து அமர்வைத் தொடங்கும் போது அமர்வு தொடர்பாக இருந்த பதற்றம் குறையும். ஆயினும் இரண்டாவது மூன்றாவது அமர்வுகளில் பொதுவிடயங்கள் கதைக்காதிருக்கலாம். அப்போதுதான் மாணவர் சொல்வதற்கு ஆயத்தமாகி வந்த விடயம் குழம்பாது இருக்கும்.

முதல் முறையாக வந்து அமர்ந்த மாணவர் சிறிது நேரம் ஒன்றும் கதையா திருந்தால் அவசரப்படத் தேவையில்லை. சிறிது நேரம் பொறுத்து, "கதைப்பது கஷ்டமாய் இருக்கா?" என்று கேட்கலாம். பிறகு, 'ஆ....சொல்லுங்கோ' போன்ற சிறு ஊக்கிகளைக் கொடுத்துக் கொண்டே இருக்கலாம். அப்போது ஆசிரியர் மாணவர் உறவில் ஒரு நம்பிக்கை கட்டி எழுப்பிச் செல்லப்படும். சில பிள்ளைகள் ஏதோவொன்றைச் செய்தவாறு (கிறுக்கியபடி) கூடிய தடங்கலின்றிக் கதைப்பார்கள், உணர்ச்சிகளை வெளிப்படுத்துவார்கள்.

உளவளத்துணை ஆசிரியர் களைத்துப்போய் இருந்தால் உளவளத்துணை செய்ய வேண்டாம். ஏனெனில் ஒரு உளவளத்துணை உறவுக்கு ஏராளமான உளச்சக்தி தேவைப்படும். ஒரு அமர்வு 45 - 50 நிமிடம் நீடிக்கலாம். மேலும் 10 நிமிடம் அந்த அமர்வு தொடர்பாகக் குறிப்பெழுதப் பாவிக்கலாம். மாணவருக்கு முன்னிலையில் நேரம் பார்ப்பதைத் தவிர்ப்பது நல்லது.

அமர்வில் மாணவர் ஒரு ஆழமான உணர்ச்சிக் கொந்தளிப்பு நிலைக்குச் சென்றால் அவரைப் பழைய நிலைக்கு மீளச் செய்து அனுப்புதல் நல்லது. அந்த அமர்வு தொடர்பான பொழிப்புரை கூறி முடிக்கலாம்.

அறையில் இருக்கும் கறுப்பு அல்லது வெள்ளைப் பலகையில் மாணவர் தனது இலக்கைத் தேடும் வழிகளை எழுதலாம். குறிப்பிட்ட ஒரு அமர்வுக்கு முன் மாணவரின் பிரச்சினையைத் தெளிவாக்கும் படம் ஒன்றைக் குறியீட்டு முறையில் ஆசிரியர் அதில் வரைந்தும் வைத்திருக்கலாம்.



உளவளத்துணை அறை

குறிப்பு :- எப்போதும் உளவள்த்துணைக்கு இந்த வசதிகள் அவசியமில்லை. வசதிகள் அற்ற நிலையில், ஆசிரியர் கிடைக்கும் வளங்களைப் பாவித்து மாணவரைக் கதைக்க ஊக்குவிக்கும் சூழலை அமைத்துக் கொள்ளலாம். சிலவேளை நிலத்தில் இருந்தும் கதைக்கலாம். பாயிலிருந்தும் கதைக்கலாம். வகுப்பு முடிந்தபின் வகுப்பறையிலோ, மரத்தின் கீழோ அல்லது நடந்தவாறோ கதைக்க முடியும். ஆயினும், இவ்வாறான இடங்களிலும் குழப்பம், குறுக்கீடுகள் இல்லாமல், பேசப்படுவது அந்தரங்கமாக இருப்பதைக் கவனித்துக்கொள்ள வேண்டும்.

எமது சமூகத்தில் செத்தவீடு ஒன்று நடந்து முடிந்தபின் எட்டு நாளுக்கும் பட்டினிப்பாய் கிடத்தலைக் கடைப்பிடிப்பர். இழவிரக்கத்தில் அது எவ்வாறு உதவி செய்யும்?

செயற்பாடு

பயிலுநர் சிறு குழுக்களாகப் பிரிந்து உளவளத்துணை அமர்வு ஒன்றின் திட்ட வரைவை வரைந்து பின்னர் முழு வகுப்பு நிலையில் முன்வைத்துக் கலந்துரையாடலாம். வினைத்திறனுள்ள உளவளத்துணை அமர்வு எப்படி இருக்கும் என்ற பொது முடிவு எய்தப்படலாம்.

8.4 உளவளத்துணை நுண்திறன்கள்

8.4.1 உடனிருத்தல்

- *உடனிருத்தல் ஏன் அவசியமானது?*
- *உடனிருத்தல் ஒரு நுண்திறன்தானா?*

உடல் ரீதியாகவும் உளரீதியாகவும் உளவளத்துணை ஆசிரியர் ஒருவர் பாதிக்கப்பட்ட மாணவருடன் அமர்ந்திருக்கும் முறையே உடனிருத்தல் எனப்படும்.

நல்லமுறையில் உடனிருக்கும் போது ஆசிரியர் தன்னுடன் இருக்கிறார் என்ற செய்தி மாணவருக்குக் கிடைக்கும். அத்துடன் ஆசிரியரும் நல்ல முறையில் கேட்க ஆயத்தமாகிறார். ஆசிரியரின் உடனிருத்தல் தரத்தை மாணவர் ஏதோ ஒருவகையில் உணர்ந்து கொள்வார். உடனிருக்கும் போது வெளிப்படும் ஆசிரியரின் உடல்மொழிகள் மாணவருக்கு உதவலாம் அல்லது மாணவரை இன்னும் மோசமான உளநிலைக்கு இட்டுச் செல்லலாம்.

உடனிருத்தல் நல்லமுறையில் அமைந்தால் மாணவருக்கு ஆசிரியரிடம் நம்பிக்கை ஏற்படும். ஆசிரியருடன் மனம் திறந்து பேச விரும்புவார். தனது பிரச்சினையின் முக்கிய பகுதிகளை எடுத்துக்கூற முனைவார். உடனிருத்தல் நல்லமுறையில் அமையாவிட்டாலோ உளவளத்துணை ஆசிரியரிடம் நம்பிக்கை இன்மை ஏற்படும். பேசுவதற்குத் தடைகள் ஏற்படும்.

உடனிருக்கும் உளவளத்துணை ஆசிரியர் ஒழுங்காக அமர்ந்திருத்தல், மனம் திறந்து உட்காருதல், சிறிது முன்னோக்கிச் சரிந்திருத்தல், மாணவருடன் கண் தொடர்பைப் பேணுதல், தளர்வாக இருத்தல் ஆகிய நுண்திறன்களைக் கொண்டிருக்க வேண்டும் என எதிர்பார்க்கப்படுகிறது.

மாணவர் பேசும் போது, குறிப்பாக அவருக்கு முக்கியமான விடயங்களைக் கூறும் சமயத்தில் உடல் மொழி மூலமும் முகபாவனை மூலமும் உகந்த துலங்கல்களைக் கொடுத்தபடி ஆசிரியர் அமர்ந்திருக்க வேண்டும். அவர் சொல்பவை கேட்கப்படுகிறது, புரிந்துகொள்ளப்படுகிறது என்ற உணர்வை மாணவரில் ஏற்படுத்தும்

போது, அங்கே அந்த ஆசிரியர் தன்னுடன் உடனிருக்கிறார் என்ற உணர்வு மாணவருக்குத் தோன்றும்.

வகுப்பறையில் உள்ள விசேட தேவை உள்ள பிள்ளை ஒருவரை அல்லது பாதிக்கப்பட்ட பிள்ளை ஒருவரை ஆசிரியர் எப்போதுமே தனக்கு அருகில் உள்ள ஒரு ஆசனத்தில் அமரச் செய்தல் சிறந்தது.

8.4.2 உற்றுக்கேட்டல்

பிள்ளையின் கேள்விகளுக்கு ஆசிரியர் நல்லமுறையில் பதிலளிக்கும்போது அப்பிள்ளை இன்னும் பல கேள்விகளைக் கேட்கத் தூண்டப்படுகிறது. அதேபோலவே பிள்ளை தனது அனுபவங்களைச் சொல்ல முனையும்போது அதை ஆசிரியர் கேட்க விரும்புகின்றார் அல்லது கேட்கின்றார் என்று பிள்ளை உணர்ந்தால் இன்னும் நிறையவே கதைப்பதற்கு அது ஊக்குவிக்கப்படும். ஆகவேதான் உளவளத் துணை ஆசிரியர் ஒருவருக்கு உற்றுக்கேட்கும் திறன் மிக முக்கியம்.

பிள்ளை சொல்லும் கதையைக் கேட்டுக் கொண்டிருக்கும் போது நாம் இதற்கு என்ன பதிலை சொல்லப்போகின்றோம் என்று சிந்திக்கத் தொடங்கினால் கேட்டல் தடைப்பட்டுவிடும். ஆகவே எமது கவனம் முழுவதும் அந்தப் பிள்ளையிலேயே இருக்க வேண்டும். அவர் சொல்லுகின்ற வார்த்தைகளுக்கு மேலாகப் பல விடயங்கள் உடல்மொழியூடாக வரும். அதை நாம் தவறவிடமுடியாது.

> **தீசன் ஏழு வயது மாணவன். பாடசாலைக்கு ஒழுங்காக வருவதில்லை. திங்களும் செவ்வாயும் வராமல் புதன்கிழமை காலை பாடசாலைக்கு வந்தான். ஆசிரியர் தீசனைக் கூப்பிடுவதற்கு முன்னரே ஆசிரியரிடம் வந்து "ரீச்சர் வழியிலை ஒரு வெள்ளை வான் வந்தது. இரண்டு பேரைப் பிடிச்சு ஏத்திக் கொண்டு போனதை நான் கண்டனான்" என்று சொன்னான். அப்படிச் சொல்லும்போது ஒரு பென்சிலைக் கையில் வைத்து உருட்டியபடியே இருந்தான். தீசனின் ஆசிரியர் கவனித்திருக்கக் கூடிய உடல்மொழி யாது? அது கூறும் செய்தி எதுவாக இருக்கலாம்?**

மாணவரின் அங்கங்கள் வெளிப்படுத்தும் செயற்பாடுகள், பெருமூச்சு, மௌனம் ஆகியவை பல செய்திகளைச் சொல்லும். ஒரு உளவளத்துணை ஆசிரியர் அவற்றையும் செவிமடுப்பார். மாணவர் இதைத்தான் சொல்லப்போகிறார் அல்லது இதைத்தான் சொல்ல நினைக்கின்றார் என்பதையும் ஊகிக்கக்கூடிய திறமை உன்னதமான செவிமடுத்தலுக்கு இருக்கும்.

செவிமடுக்கும்போது உண்மையை அறிந்துகொள்ள வேண்டும் என்ற "அப்புக்காத்து" நோக்கம் இருத்தல் அவசியமில்லை. பிள்ளையைப் புரிந்துகொள்ள வேண்டும் என்ற விருப்பம் இருக்க வேண்டும். உளவளத்துணை ஆசிரியரின் மனம் வேறு சிந்தனைகளில் கொடிகட்டிப் பறக்குமாயின் உற்றுக்கேட்டல் பாதிக்கப்படும். உதவப்போகும் பிள்ளையிடம் எமக்கு உண்மையான அக்கறை இருக்குமாயின் பிள்ளையைக் கவனிப்பது சிரமமாக இருக்காது.

பிள்ளை செய்தது சரியா பிழையா, பிள்ளை சொல்லுவது உண்மையா பொய்யா போன்ற எண்ணங்களில் ஆழ்ந்து தீர்ப்பிடும் முயற்சியில் இறங்கினால் செவிமடுத்தல் வினைத்திறன் உள்ளதாய் இருக்காது.

பிள்ளை சொல்லி வருபவற்றில் எமக்கு விருப்பமானதை மட்டும் வடிகட்டிச் செவிமடுத்தலும் உகந்ததில்லை.

உளவளத்துணை ஆசிரியர் தனது சொந்தப் பிரச்சினைகளைத் தீர்க்காதிருந்தால், அவரது உணர்வுகள் செவிமடுத்தலை மட்டுப்படுத்தலாம். தமது பிரச்சினைகளுக்கு நல்ல தீர்வுகளைக் கண்டு மனம் அமைதிப்பட்ட ஒருநிலையில் இருக்கும் போதுதான் பிள்ளை கூறுவதை முழுமையாகக் கேட்கமுடியும்.

பேசிக்கொண்டிருக்கும் பிள்ளையை எந்தக் காரணம் கொண்டும் இடைநிறுத்துவது பொருத்தமற்றது. மாறாக, அந்தப் பிள்ளையைத் தொடர்ந்து கதைக்க, உணர்ச்சிகளை வெளிப்படுத்த உதவவேண்டும். இது வார்த்தையாலும் உடல் மொழியாலும் செய்யப்படுதல் நன்று. உதாரணமாக வசனத்தின் முடிவில் 'ஓம்' 'பிறகு' என்று ஊக்குவிக்கவும்.

ஆரம்ப வகுப்பு மாணவர்கள் பல சந்தர்ப்பங்களில் கற்பனை கலந்த கதைகளைச் சொல்வார்கள். அவற்றையும்கூட ஆசிரியர் உற்றுக் கேட்பது நல்லது.

செயற்பாடு

பயிலுநர்களில் நடிபாகம் செய்ய விருப்பமான அறுவரை முன்னே அழைக்கலாம். அவர்களில் இருவரை ஒரே நேரத்தில் கதைக்குமாறு வழிப்படுத்தலாம். ஒருவர் சொல்வதை மற்றவர் முற்றாகவே கேட்காதிருப்பார். மற்றைய இருவரில் ஒருவர் பேசும் போது மற்றவர் வேறு ஏதோ அலுவல் செய்து கொண்டு பகுதியாகக் கேட்கும்படி செய்யத் தூண்டலாம்.

மூன்றாவது சோடியில் ஒருவர் தனது அனுபவத்தைச் சொல்ல மற்றவர் உற்றுக் கேட்கும்படி செய்யலாம். இந்த நடிபாகங்கள் முடிந்தவுடன், கேட்டல் நடைபெறாத தன்மை, பகுதியாகக் கேட்டல் நடைபெற்ற தன்மை, உற்றுக்கேட்கப்பட்டமை ஆகியவை தொடர்பாக வகுப்பு நிலையில் கலந்துரையாடலாம்.

உறவுகள் ஸ்திரப்படுத்தலில் உற்றுக்கேட்டல் முக்கிய பங்குவகிப்பதை உணர வழிப்படுத்தலாம்.

8.4.3 ஒத்துணர்வு

ஒத்துணர்வுப் பதில்கள் மாணவரின் பிரச்சினையையும் அவரது உணர்வையும் சுருக்கமாகக் கொண்டிருக்கும்.

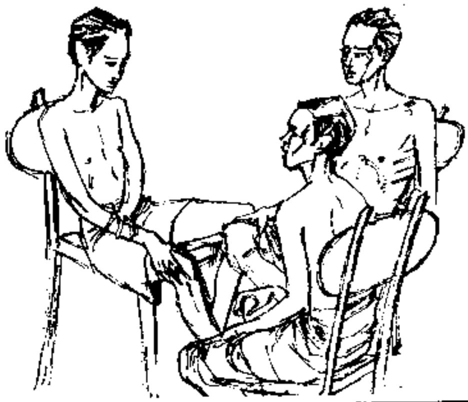
- *ஒத்துணர்வு என்றால் என்ன?*
- *மற்றவர்களுடன் ஒத்துணர்வு கொள்வது எமக்குக் கடினமாக இருப்பது ஏன்?*

ஒத்துணர்வு என்பது மனித உறவின் அடிப்படை உணர்வு. மற்றவர்கள் எங்களை எப்படிப் பார்ப்பார்களோ அப்படி எங்களை நாங்கள் பார்ப்பது கடினம். அதே போலவே மற்றவர்கள் தங்களைப் பார்ப்பது போல நாங்கள் அவர்களைப் பார்ப்பதும் கடினமே. அதே நேரம் ஒருவரின் உணர்வும், அவர் தன்னை எப்படிப் பார்க்கிறார் என்பதும் வேறுபட்டதாக இருக்கலாம். ஆயினும் அவ்வாறு ஒருவரின் தனி உலகுக்குள் புக எடுக்கும் முயற்சியே ஒத்துணர்வு ஆகும்.

பிள்ளைகள் ஒவ்வொருவருக்கும் ஒரு தனிப்பட்ட உலகம் இருக்கும். அந்த உலகினுள் புகுந்து, ஆசிரியர் அதைத் தனக்குப் பழக்கமான இடமாக ஆக்கிக் கொள்ளும் போது பிள்ளையைப் புரிந்துகொள்ளல் இலகுவாகும். இன்னொருவரைக் கவனிப்பதில் உள்ள முக்கிய பகுதியே ஒத்துணர்வாக இருப்பதால் அது நோய் மாற்றும் தன்மை உள்ளதாகவும் இருக்கிறது. பிள்ளைகள் பொதுவாகத் தாம் பிழையாக விளங்கிக் கொள்ளப்படுவோமோ, அல்லது தாம் ஏற்றுக் கொள்ளப்படமாட்டோமோ என்ற தயக்கம் காரணமாகவே மனம் திறந்து கதைக்க அஞ்சுகின்றனர். முன்னர் அவ்வாறு ஏற்றுக்கொள்ளப்படாத சம்பவங்கள் நடந்திருக்கலாம். ஆகவே ஒத்துணர்வுப் பதில்கள் (துலங்கல்கள்) இத்தயக்கத்தைப் போக்குகின்றன.

ஆசிரியர் ஒருவர் இயல்பாகவே ஒத்துணர்வுப் பதில்களை வார்த்தைகளாலும் உடல் மொழிகளாலும் கூறப்பழகிக்கொள்வது நல்லது. பிள்ளையின் சப்பாத்தினுள் நின்றவாறு, பிள்ளையின் பிரச்சினைகளையும் உணர்வுகளையும் விளங்கிக் கொண்டு, ஒத்த மொழியில் ஒத்துணர்வுப் பதில்களைக் கூறவேண்டும். சில விதிவிலக்கான சந்தர்ப்பங்களில் அதி ஒத்துணர்வு காட்டவேண்டியும் இருக்கலாம். பிள்ளை கூற விரும்பியும் கூறமுடியாது தவிப்பதை நாம் புரிந்துகொண்டு சரியாக எடுத்துக் கொடுப்பதை அதி ஒத்துணர்வு எனலாம்.

> பிள்ளை:- நான் ஹோம் வேக் செய்துகொண்டு போகேல்லை எண்டு ஒரு நாள் கணித சேர் எனக்கு அடிச்சவர். அதுக்குப்பிறகு எனக்குக் கணித பாடம் எண்டா ஒரே பயமாக்கிடக்கு. பள்ளிக்கூடம் வரவும் விருப்பமில்லை.
>
> ஆசிரியரின் ஒத்துணர்வுப் பதில் :- கணித சேர் உங்களுக்கு அடிச்சது உங்களுக்கு ஒரு பயத்தையும் வெறுப்பையும் ஏற்படுத்தி இருக்கு.



ஒத்துக் கதைக்கும் மனிதர்களை எல்லோரும் விரும்புவர்.

ஒத்துணர்வுப் பதில்களை வழங்கும் போது ஆசிரியரும் அதே உணர்வுக்குள் செல்ல வேண்டி ஏற்படுமா?

செயற்பாடு

பின்வரும் கூற்றுக்களுக்கான ஒத்துணர்வுப் பதில்களைத் தனித்தனி அட்டைகளில் எழுதி அட்டைகளைச் சேகரித்துக் காட்சிப்படுத்தலாம். காட்சிப்படுத்தப்பட்டவற்றில் மிகப் பொருத்தமானவை எவை என்பதை முழு வகுப்பு நிலையில் கலந்துரையாடி முடிவு செய்யலாம்.

- நாங்கள் படிக்காமல் விளையாடினால் அப்பா அடிப்பார். வீட்டிலை வேலை செய்ய வேணும் எண்டு நெடுகவும் சொல்லுவார். கடைக்குச் சாமான் வாங்கப் போறதெண்டாலும் நான்தான் போக வேணும். வீடு கூட்ட வேணும். விளையாட ஏலாது. எனக்கு அப்பாவிலை சரியான ஒரு இது.
- சண்டையிலை என்ரை சைக்கிள் காத்துப் போனதாலைதான் நேற்றுப் பிந்தி வந்தனான் ரீச்சர். வழக்கமா நான் வெள்ளென வாறனான். சேர் என்னைப் பிடிச்சுக் கியூவிலை விட்டிட்டார். பிந்தி வந்தவை எல்லாரையும் புல்லுப் பிடுங்க விட்டவை. நானும் பிடுங்கினனான். சண்டையிலை காத்துப் போனதுதான் எண்டதை வேற எப்பிடிச் சொல்லுறது எண்டு எனக்குத் தெரியேல்லை. எனக்கு அழுகையும் வந்திட்டுது.

ஒப்படை

மாணவர்கள் சிலரால் சொல்லப்பட்ட கீழ்வரும் உரைப்பகுதிகளுக்குப் பொருத்தமான ஒத்துணர்வுப் பதில்களை எழுதி வருமாறு பயிலுநர் கேட்கப்படலாம். பின்னர் அவற்றை வகுப்பு நிலையில் கலந்துரை யாடலாம்.

- மாணவர் ஒருவர் உங்களைப் பார்த்தவாறு உங்கள் முன் அமர்ந்திருக்கிறார். கண்கள் கலங்கியுள்ளன. நீண்ட நேரமாகிறது. அவர் எதுவும் கூறவில்லை.
- எங்களுக்கு அப்பா இல்லை. ஷெல் பட்டுச் செத்துப் போனார். நான் ஒவ்வொரு நாளும் அம்மா சுட்டுத்தாற தோசையைக் கொண்டு போய்க் கடையிலை குடுத்திட்டு மாட்டையும் அவிட்டுக் கொண்டுபோய்த் தோட்டத்திலை கட்டிப்போட்டுத்தான் பள்ளிக்கூடம் வரவேணும். நடந்துதான் போகவேணும். பள்ளிக்கூடம் வரப் பிந்திப் போவனோ எண்டு எனக்கு ஒரே பயமாக்கிடக்கும்.
- அண்டைக்கு ஒருநாள் வகுப்பிலை செல்வியின்ரை காசு ஐம்பது ரூபா காணாமல் போட்டுது. எல்லாரும் என்னைத்தான் கள்ளி எண்டு சொல்லீனம். ஆனால் நான் எடுக்கேல்லை.

செயற்பாடு

பயிலுநர்களை மூவர் கொண்ட குழுக்களாகப் பிரிக்கலாம். ஒவ்வொரு குழுவிலும் ஒருவர் உணர்வுபூர்வமான பிரச்சினை ஒன்றைச் சொல்லும் மாணவராகவும் மற்றவர் அதற்கு ஒத்துணர்வு வழங்கும் ஆசிரியராகவும் மூன்றாமவர் இந்த உரையாடலை அவதானித்துக் குறிப்புக் கூறுபவராயும் பாத்திரமேற்பர். ஆசிரியர் பாத்திரமேற்றவரின் ஒத்துணர்வுப் பதில் பற்றிய குறிப்புகளை வகுப்பு நிலையில் கலந்துரையாடி விடயங்களை மேலும் செம்மைப்படுத்தலாம். அடுத்த சுற்றில் மூவர் குழுவில் ஒவ்வொருவரும் தமது பாத்திரங்களை மாற்றிக்கொள்வர். மாணவராகப் பாத்திரமேற்றவர் இப்போது ஆசிரியராகவோ அல்லது அவதானிப்பாளராகவோ பாத்திர மேற்கலாம்.

8.4.4 பார்வை மாற்றம் செய்தல்

- *ஒரு சம்பவத்தை ஒருவர் பல்வேறு கோணங்களில் இருந்து பார்க்க முடியுமா?*
- *மறைவாக உணரப்படும் விடயங்களை நேராக உணர்வது சாத்தியமானதா?*

எல்லா மறையான எண்ணங்களுக்கும் உணர்வுகளுக்கும் பார்வை மாற்றம் செய்ய உம்மால் முடியுமா?

ஒரே சம்பவத்தைப் பார்த்த இருவர் அதனை இருவேறுமாதிரி விளக்குவதை நாம் அவதானித்துள்ளோம். நாங்கள் ஒவ்வொருவரும் விடயங்களை உள்வாங்கும் முறை வித்தியாசமானது. ஒரு நிகழ்வை ஒருவர் பார்க்கும்போது அவரது முன்னறிவு, முன் அனுபவம், உணர்வுகள், நம்பிக்கைகள், எதிர்பார்ப்புகள் ஆகியனவும் அதில் சம்பந்தப்படுகின்றன. இவ்விடயங்களைப் பொறுத்தவரையில் வேறு பின்னணியைக் கொண்டுள்ள மற்றொருவர் அதை வேறு வகையில் பார்ப்பார். அதிக அளவு

இருவர் யன்னலூடாக வெளி உலகைப் பார்த்தனர். ஒருவர் நட்சத்திரங்களைக் கண்டார். மற்றவர் நிலத்திலுள்ள சேற்றையும் சேற்றிலுள்ள எருமைகளையும் கண்டார்.

எந்த ஒரு விடயத்தையும் அல்லது சம்பவத்தையும் நேராகப் பார்க்க முனைவது உளநலத்துக்கு ஏற்றது. அவ்வாறு பார்க்க மாணவர்களை வழிப்படுத்துவதும் சிறந்தது.

பிரச்சினைகளுக்கு உட்படுகின்ற பிள்ளைகள் அல்லது அதிக அளவு பிரச்சினை களைத் தருகின்ற பிள்ளைகள் உலகத்தையும் உலகின் நடவடிக்கைகளையும் மிக மறையாக நோக்குபவர்களாக இருப்பர். அத்துடன் இவர்கள் தம்மைப் பற்றியும், தமது நடத்தை எண்ணங்கள் உணர்வுகள் பற்றியும், குறைந்த சுயமதிப்பீடு கொண்டவர்களாயும் இருப்பர்.

பீஷ்மர் உலகம் எப்படி இருக்கிறது என்று பார்த்து வருமாறு தருமனையும் துரியோதனனையும் கேட்டுக் கொண்டார். அவர்கள் இருவரும் ஊருக்குள் சென்றனர். தருமன் ஊரிலே கெட்டவர் எவரும் இல்லை என்றான். துரியோதனனோ அந்த ஊரில் நல்லவர் எவரும் இல்லையே என்றான்.

பிள்ளைகள் தமது உணர்வுகளையும் எண்ணங்களையும் விபரிக்கும் போது ஆசிரியர் அதை உற்றுக் கேட்க வேண்டும். ஒத்துணர்வு காட்டவேண்டும். பிள்ளையின் கோணத்தில் இருந்து அதைப் புரிந்துகொள்ள முயற்சி செய்யவேண்டும். ஆயினும் தேவை ஏற்படும் போது அந்தப் பார்வையை வேறு ஒரு சட்டகத்திற்கு மாற்றக் கூடியவராயும் இருத்தல் வேண்டும். பிள்ளையினுடைய பார்வையைப் புறந்தள்ளுவது இதனுடைய நோக்கமில்லை. உலகத்தையும் அங்கு நடைபெறும் நிகழ்வுகளையும் இன்னும் விரிந்த நோக்கில் பார்க்க உதவுவதே நோக்கமாகும்.

பிள்ளை :- அம்மா என்னை நெடுகவும் பேசிறா. காலமை எழும்பேல்லை எண்டு பேசிறா. பிறகு பள்ளிக்கூடம் வெளிக்கிட நேரம் போனாப் பேசிறா. பள்ளிக்கூடத்திலை மாக்ஸ் குறைய எடுத்தாப் பேசிறா. ரியூசனுக்குப் போகேல்லை எண்டு பேசிறா. அவவுக்கு என்னிலை விருப்பமில்லை. தம்பியிலைதான் விருப்பம். தம்பி என்ரை கொப்பியைக் கிழிச்சாலும் அவன் குழந்தைப் பிள்ளைதானே எண்டு சொல்லிறா.

ஆசிரியர் :- உங்களின்ரை எதிர்காலம் நல்லா வரவேணும். நீங்கள் நல்லாப் படிக்க வேணும். உங்கடை வாழ்வு நல்லா அமையவேணும் எண்ட அளவுக்கு மிஞ்சின விருப்பதாலையும் சிலவேளை அம்மா அப்பிடிப் பேசிறாவோ? அவவுக்குத் தன்ரை அக்கறையை வேறு விதமாகக் காட்டத் தெரியேல்லையோ?

செயற்பாடு

பிள்ளையின் வேறு பொருத்தமான முறைப்பாடுகளைப் பயிலுநருக்கு வழங்கலாம். சிறு குழுக்களில் கலந்துரையாடி அவற்றுக்கான ஆசிரியர் பதில் மொழிகளைத் தீர்மானிக்கலாம். பயிலுநர் இருவர் இருவராகச் சேர்ந்து அந்த உரையாடல்களை நடிபாகமேற்று உரையாடச் சந்தர்ப்பம் வழங்கலாம்.

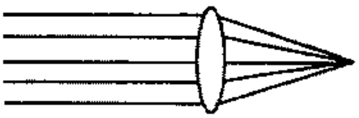
உதாரணம்

பிள்ளை: எங்கடை ரீச்சர் இப்ப கொஞ்ச நாளா என்னோடை கதைக்கிறேல்லை. என்னைக் கண்டா மற்றப்பக்கம் திரும்பிப் பார்த்துக் கொண்டு போயிடுவா. நான் குழப்படி எண்டு கோபம் போலை. சிலவேளை எனக்கு அடிப்பா. வேறை ஒண்டும் கதைக்கமாட்டா

8.4.5 குவியப்படுத்தல்

- *குவியம் என்ற சொல்லினால் கருதப்படுவது யாது?*
- *உளவளத்துணை நடைமுறையில் குவியப்படுத்தல் என்பது எதைக் கருதுவதாக இருக்கலாம்?*

பல்வேறு திசைகளிலும் அலைந்து கொண்டிருக்கும் மாணவர் மனதை,



சூரிய ஒளிக்கதிர்கள் சமாந்தரமாக எல்லா இடத்திலும் இருந்தாலும் குவிவு வில்லை ஒன்று அதனை ஒரு புள்ளியில் குவியப்படுத்தும்

வானொலி அலைகள் உலகெங்கும் பரந்திருந்தாலும் வானொலிப் பெட்டி அதனைக் குவித்து ஒரு இடத்தில் ஒலியாக்கி வழங்கும்.

அவரது முக்கிய உணர்வு குறித்தும் மிக முக்கிய பிரச்சினை குறித்தும் பார்க்கச் செய்வதைக் குவியப்படுத்தல் எனலாம்.

மாணவர் ஒரு குழப்பமான மனநிலையில் மீண்டும் மீண்டும் விடயங்களில் சுற்றிச் சுற்றி வருகிறார் என உணரும்போது குவியப்படுத்தல் செய்யவேண்டும்.

உளவளத்துணை ஆசிரியர் ஒருவர் குவியப்படுத்தலைச் செய்யும்போது மாணவரின் குழப்பமும் தெளிவின்மையும் குறையும். விடயங்களைத் தொடர்ந்து அர்த்தமற்ற முறையில் பரவி விரித்துச் செல்வது குறையும். அர்த்தமுள்ள சொற்களுக்குள் பிரச்சினையை இறுக்கமாகக் கொண்டுவரமுடியும். சில சமயங்களில் மறைந்திருக்கும் உணர்வுகளையும் வெளிக்கொணர முடியும்.

மாணவரின் உளமெங்கும் சிதறிக்கிடக்கும் பல்வேறு உணர்வுகளையும் ஒரு உளவளத்துணை ஆசிரியர் குவியப்படுத்தி விழிப்புணர்வு நிலையை ஏற்படுத்துவார்.

மாணவி :- "எங்கடை அண்ணா போன கிழமை முதல் காணாமல் போயிட்டார். அப்பா குடிக்கிறார். அப்பா பேசினதாலைதான் அவர் போனவர். அம்மா சமையலோடை இருப்பா. எனக்குத் தலை விறைக்குது. பயம் பயமாக்கிடக்கு. ஒரு பெடியன் எனக்குப் பின்னாலை எல்லா இடமும் திரியிறான்...."

ஆசிரியர் :- உங்களுக்குப் பல பிரச்சினைகள் இருக்கு எண்டு எனக்கு விளங்குது. அண்ணா காணாமல் போனது, அப்பா குடிக்கிறது, அம்மாவும் உங்களைக் கவனிக்கிறேல்லை, பெடியன் ஒரு பிரச்சினை. இதுகளுக்குள்ளை எது உங்களைக் கூடுதலாகத் தாக்குது?

மாணவி :- பெடியன் கரைச்சல் தாறது.

ஆசிரியர்:- பல பிரச்சினைகள் உங்களை வேதனைப்படுத்தினாலும் பின்னாலை சுத்துறவன்ரை தொல்லையைத்தான் முதலிலை தீர்க்கவேண்டி இருக்கு.

மாணவி :- ஓம்.

உணர்வுச் சிக்கல்களைக் கொண்ட எல்லா மாணவருக்கும் குவியப்படுத்தல் செய்ய வேண்டுமா?

8.4.6 துருவி ஆராய்தல்

- *துருவி ஆராய்தல் என்றால் என்ன என்று நீங்கள் கருதுகிறீர்கள்?*
- *திறந்த வினாக்கள் என்றால் என்ன?*

மாணவர் எப்போதும் தமது கதைகளைச் சுதந்திரமாகவும் தன்முனைப்புடனும் சொல்வார் என எதிர்பார்க்க முடியாது. பல வேளைகளில் உளவளத்துணை ஆசிரியர் அவர்களை உற்சாகமூட்ட வேண்டிவரும். சில விடயங்களைப் பற்றி கூடுதலாகக் கேட்கவேண்டி நேரிடலாம். துருவி ஆராய வேண்டிவரும். தமது

அனுபவங்கள், நடத்தைகள், உணர்வுகள் ஆகியவற்றைச் சரியாகச் சொல்ல வைக்க இது உதவும். துருவி ஆராய்தல் சிலசமயங்களில் தன் மட்டத்தில் இயல்பு நிலைக்கு மீளப் பெரிதும் உதவும். ஆனாலும் துருவி ஆராய்தல் மூலம் பெறப்படும் தகவல்கள் மாணவரை விளங்குவதற்கும் பிரச்சினையைத் தீர்ப்பதற்கும் மட்டுமே உதவவேண்டும்.

துருவி ஆராய்வதற்குக் கேள்விகளைப் பாவிக்கலாம். சில வசனங்கள் அல்லது சொற்றொடர்களையும் பயன்படுத்தலாம். ஆனால் கேள்விகள் அளவுக்கு அதிகமாக இருந்தால் மாணவர் சிரமப்படுவார். விசாரணை வினாக்கள் போலிருந்தாலும் எரிச்சலூட்டப்படுவார். இந்த அமர்வு எம்மை ஒரு இடமும் அழைத்துச் செல்லாத, வெறும் கேள்வி பதில் நிகழ்வாக அமைந்துவிடாது பார்த்துக் கொள்ளலும் முக்கியம்.

மாணவரைக் குழப்பக்கூடிய அல்லது அவரது எண்ண ஓட்டத்தை இடைநிறுத்தக் கூடிய வினாக்கள் இருக்கக்கூடாது. வினாக்கள் மாணவனின் எண்ண ஓட்டத்துடன் இசைந்து வருவது பொருத்தமாக இருக்கும். கேட்கப்படும் வினா குறிப்பிட்ட ஒரு இலக்கைக் கொண்டிருக்க வேண்டும். அது அவரை எங்காவது அழைத்துச் செல்ல வேண்டும். பொதுவாகத் தகவல் சேகரிக்கும் கேள்விகள் தேவையில்லை. ஒருவேளை அவை கேட்கப்பட்டால் அத்தகவல் மாணவருக்கு உதவவேண்டும். மாணவரைச் சிந்திக்கத் தூண்டும் திறந்த வினாக்களைக் கேட்பது உகந்தது.

ஆசிரியர் : உங்களுக்கு மிக விருப்பமான பள்ளிக்குடத்திலை நீங்கள் இருந்தால் அது உங்களுக்கு எப்பிடி இருக்கும்?

மாணவர் : ஓம்... அது என்னைச் சந்தோஷப்படுத்தும்.

இங்கு இந்தக் கேள்வி மாணவனை ஒரு புதிய அகக்காட்சிக்கு அழைத்துச் சென்றது. ஒரு குறிப்பிட்ட தகவலை மட்டும் பெறுவது நோக்கமாயின் மூடிய கேள்விகள் கேட்கலாம்.

ஆசிரியர் : கடந்த ஐந்து வருடங்களில் நீங்கள் எத்தனை பாடசாலை மாறியுள்ளீர்கள்?

கண்ணிவெடியில் காலை இழந்த மாணவன் ஒருவனைப் பார்த்து உளவளத்துணை ஆசிரியர் கேட்கிறார்.

ஆசிரியர் : இப்போது நீங்கள் உங்களையே ஒரே ஒரு கேள்வி கேட்கலாம் என்றால், நீங்கள் என்ன கேட்பீர்கள்?

மாணவர் : (யோசித்தபின்) உனது மனம் ஏன் இவ்வளவு பலவீனமாகிவிட்டது? என்று கேட்பேன். (அழுகிறார்)

இந்தக் கேள்வி மாணவனின் அகக்காட்சியைத் தூண்டிவிட்டது.

கேள்விகள் எப்போதும் மாணவரையும் அவருக்கு முக்கியமான விடயங் களையும் மையப்படுத்தி நிற்கவேண்டும். எமது கொள்கைகளைச் சுற்றிக் கொண்டு நிற்கக்கூடாது.

துருவி ஆராயும் போது கேள்வி கேட்டேயாக வேண்டும் என்பது அவசிய மில்லை. ஒரு மாணவர் வந்து உளவளத்துணை ஆசிரியருக்கு முன்னால் அமர்ந்து மேசையைக் குத்திக் கொண்டிருக்கிறார். ஆசிரியர் பின்வருமாறு கூறுகிறார்.

ஆசிரியர் : நீங்கள் கோபமா இருக்கிறீங்கள் போல இருக்கு. ஆனால் ஏன் என்றுதான் எனக்குத் தெரியவில்லை.

இங்கே இந்த ஆசிரியர் கூற்று ஒரு துருவி ஆராயும் கூற்றுத்தான். சிலவேளைகளில் மிக நேரடியாகவே ஒரு கேள்வி கேட்பது உதவியாக இருக்கும்.

ஆசிரியர் : உங்கடை அப்பா செய்யிற செயல்கள் எல்லாம் எப்பிடி உங்களுக்குக் கோபத்தைத் தூண்டுது எண்டு எனக்குப் புரியுது. அப்ப நீங்கள் என்ன செய்வீங்கள் எண்டதையும் சொன்னால் உதவியா இருக்கும்.

மாணவர் : நான் ஒண்டும் சொல்றேல்லை.
(11 வயது)

ஆசிரியர் : போன ஞாயிற்றுக்கிழமை உங்களைப் பற்றிப் புறுபுறுத்தவர் எண்டீங்கள்.அப்ப?

மாணவர் : அப்ப நான் எனக்கு சயிக்கிள் வாங்கித் தரவேணும் எண்டு கேட்டனான்.

துருவி ஆராய்தலுக்குப் பாவிக்கப்படும் துலங்கல்கள் சிலவேளை ஒரு சொல்லாகவோ அல்லது ஒரு கூட்டம் சொற்களாகவோ இருக்கும்.

மாணவர் : நாள் முடிவில் நான் மிகவும் களைத்துப் போகிறேன்.
ஆசிரியர் : களைத்து?

சிலவேளைகளில் 'உம்', 'ஓ', 'சரி...'' போன்ற சொற்கள்கூட இவ்வழியில் உதவும். மற்றும் வேளைகளில் வெறும் உடல் மொழிகூடப் பாவிக்கப்படலாம்.

மாணவர் : இதை உங்களுக்குச் சொல்லலாமோ தெரியேல்லை. நான் வேறை ஒருத்தருக்கும் சொல்லேல்லை.
ஆசிரியர் : (தலையை அசைத்து முன்னே சரிதல்)

துருவி ஆராய்தலுக்காக ஒரு கேள்வி கேட்கப்பட்டால், அடுத்து ஓரிரு ஒத்துணர்வுப் பதில்கள் வழங்கப்படவேண்டும். இரண்டு வினாக்கள் அடுத்தடுத்து வருவது பொருத்தமில்லை.

கேள்வி எதுவும் கேட்காமலே சிலவேளை உளவளத்துணை முடிந்து விடலாம். உணர்வுச் சிக்கலுடன் மட்டும் வருகின்ற மாணவருக்கு இது சாத்தியப்படும். புதிய உளவளத்துணை ஆசிரியர்கள் நிறையக் கேள்வி கேட்கத் தூண்டப்படுவர். ஆனால் அளவுக்கு அதிகமான கேள்விகள் அமர்வின் பாதையை உளவளத்துணை ஆசிரியர் வகுத்துச் செல்லும் நிலையைத் தோற்றுவிக்கும். அது விரும்பத்தக்க நிலையில்லை. அத்துடன் அதிக கேள்விகள் கேட்கத் தொடங்கினால் மாணவர் அதிக கேள்விகளை எதிர்பார்ப்பாரே ஒழிய, தானாக எதையும் சிந்திக்கமாட்டார். அப்போது முக்கியமான விடயங்கள் மறைக்கப்படலாம். ஆகவே கேள்வி கேட்பதைத் தவிர வேறு வழி இல்லை என்ற நிலையிலேயே வினாக்கள் கேட்கப்பட வேண்டும்.

துருவி ஆராயும் போது மாணவருக்கு அக்கறையுள்ள விடயங்களே பேசப்பட வேண்டும் என்பது முக்கியமானது. ஆகவே "ஏன்?" என்று தொடங்கும் கேள்விகளைத் தவிர்ப்பது நல்லது. "ஏன்?" என்று தொடங்கும் கேள்விகளுக்கு அறிவார்ந்த பதில்களைத் தரவே மாணவர் முற்படுவர். பொதுமைப்படுத்தல், பொருத்தமான காரணம் தேடல் ஆகியவற்றை விட உள்ளார்ந்த பதில்களைத் தேடுதல் முக்கியமானது.

மனம் திறந்து கதைப்பதைத் தூண்டுவதற்காகவும், குறிப்பிட்ட விடயத்தை ஆழமாகப் பார்ப்பதற்காகவும், மாணவரின் நிலை பற்றி ஆசிரியர் மேலும் தெளிவாக அறிவதற்காகவும் மட்டுமே வினாக்கள் கேட்கப்பட வேண்டும்.

செயற்பாடு

பயிலுநர் இருவர் கொண்ட குழுக்களாகிப் பின்வரும் வினாக்களை மூடிய வினாக்கள், திறந்த வினாக்கள் என வகைப்படுத்துவர். பின்னர் அவற்றை மற்ற வகை வினாவாக மாற்றியமைப்பர்.

- உங்களுக்கு ஆரிலை விருப்பம்?
- உங்கடை குடும்பத்தைப் பற்றி என்ன சொல்ல விரும்புறீங்கள்?
- நீங்கள் சரியான கோபக்காரரா?
- உங்கடை பிரச்சினை ஒரு பெரிய பிரச்சினையா?
- உங்கடை கனவுகள் எப்பிடி இருக்கு?
- பள்ளிக்கூடத்திலை இருக்கப் பதற்றமா இருக்கா?
- எங்கை தொடங்கி, எப்பிடிச் சொல்லலாம்?

மூடிய கேள்வி : நீங்கள் கோபமாக இருக்கிறீர்களா?

திறந்த கேள்வி : உங்கள் உணர்வுகள் எவ்வாறு இருக்கின்றன?

துருவி ஆராய்தல் நடக்கும்போது மாணவரே கதை சொல்லலில் முன்னோக்கி நடந்து கொண்டிருப்பார். உளவளத்துணை ஆசிரியர் அருகில் நடப்பார். இடையிடை பொழிப்புரை வழங்குவார்.

8.4.7 எதிர்கொள்ளல்

- *எதிர்கொள்ளல் என்ற சொல் எமக்குத் தரும் தகவல் என்ன?*
- *பாதிக்கப்பட்ட மாணவர் ஒருவருக்கு எதிர்கொள்ளல் எப்போது செய்யப்பட வேண்டும்?.*

ஆசிரியர் ஒருவர் மாணவரை விளங்கிக் கொள்வது மட்டுமன்றி உண்மைகளை அறிந்து கொள்ளக்கூடியவராகவும்தான் இருக்க வேண்டும். அநேகமான மாணவர்களின் எண்ணம், உணர்வுகள், நடத்தை ஆகியவற்றில் மாற்றம் செய்யவேண்டி இருக்கலாம்.

பிள்ளைகள் மாறக்கூடியவர்கள். அவர்களில் மாற்றங்கள் செய்யப்படலாம். மாற்றங்களை உருவாக்குவதில் ஆசிரியர் உதவலாம். மாற்றங்களின் தரமும், அதன் வெற்றியும் உளவளத்துணை ஆசிரியரைப் பொறுத்தும் வேறுபடலாம். ஆயினும் மாணவர் மனப்பூர்வமாக விரும்பினால் மாத்திரமே அவர்களில் மாற்றத்தை ஏற்படுத்தலாம். நடத்தைச் சிகிச்சை இதற்கு விதிவிலக்கானது.

நாம் பொதுவாக எதிர்பார்ப்பதைவிட அதிக அளவு உளச்சக்தி மாணவரிடம் இருக்கும். பொருத்தமற்ற சமூக விரோதச் செயற்பாடுகள் மாணவரிடம் இருந்தால், அல்லது அவர்களின் நடத்தை ஆரோக்கியமான பாடசாலை நடைமுறைக்கு ஊறுவிளைவிப்பதாக இருந்தால், அவை மாற்றப்படுவதற்கு எதிர்கொள்ளல் உதவவேண்டும். மாணவர் தனது அக, புற உணர்வுகளைச் சுயசோதனைக்கு உட்படுத்துவதற்கு எதிர்கொள்ளல் அவரைத் தூண்ட வேண்டும்.

மாணவர் பிரச்சினையைக் கூறத் தயங்கும் போது அதை வெளிக்கொணரவும், நடத்தை, உணர்வு, அனுபவம் தொடர்பாகப் பிரச்சினையைத் தெளிவுபடுத்தவும், தன்னைப் பற்றியும் உலகைப் பற்றியும் ஒரு புதிய பார்வையை மாணவர் ஏற்படுத்திக் கொள்ளவும், புதிய காட்சிகளைப் பெறவும், இலக்கைத் தீர்மானிக்கவும், தடைகள் இருக்கும் போதும் தீர்வுக்கான வழிகளைத் தேடவும், குழப்பத்தைத் தவிர்த்துத் தெளிவான திட்டத்தை முன்வைக்கவும் எதிர்கொள்ளல் உதவும்.

உளவளத்துணை ஆசிரியர் எதிர்கொள்ளலை நல்ல முறையில் செய்து அது வெற்றியளிக்குமாயின் மாணவர் தனது மனதின் இருண்ட பக்கத்தைப் பார்ப்பார். அக உணர்வினைச் சரியாகப் பெறுவார். புதிய வழிகளை வளர்த்துக் கொள்வார். வாழ்வின் அர்த்தத்தை உணர்ந்து கொள்வார்.

பிரச்சினை தன்னுடையது என்பதை ஏற்றுக்கொள்ள மாணவர் மறுக்கும் போதும், தீர்வு தேடக்கூடிய முறையில் பிரச்சினையைச் சொல்ல முடியாத போதும், நடத்தை, அனுபவம், உணர்வு தொடர்பான பொய்களை மாணவர் கூறும் போதும்,

> மாணவன் :- நான் பள்ளிக்குடத்திலை சந்தோஷமாத்தான் இருக்கிறன். பிரின்சிப்பலும் என்னோடை பிரச்சினை இல்லை. (குரலில் சோர்வும் விரக்தியும் இருக்கிறது. முகம் கவலைக்குறிகளைக் காட்டுகிறது)
>
> ஆசிரியர் :- நீங்கள் சந்தோஷமா இருப்பதாச் சொல்லுறீங்கள். பிரின்சிப்ப லோடையும் பிரச்சினை இல்லை எண்டு சொல்லுறீங்கள். ஆனாலும் உங்கடை குரலிலை ஒரு சோர்வு இருக்கிறதையும், முகம், சந்தோஷமில்லாமல் இருக்கிறதையும் நான் கவனிக்கிறன்.

விடயங்களில் தெளிவின்றி விளையாடும் போதும், நடத்தையின் விளைவுகளைச் சரியாக விளங்கிக் கொள்ளாத போதும், புதிய வழியில் செல்ல விரும்பாத போதும் எதிர்கொள்ளல் அவசியமாகும்.

ஆசிரியர் ஒருவர் எதிர்கொள்ளலைச் செய்ய முனையும் போது மாணவர் தந்த தரவுகளை (வார்த்தை மூலமோ, உடல் மொழி மூலமோ) மட்டுமே எதிர்கொள்ளலுக்குப் பயன்படுத்த வேண்டும். தான் வேறு வகையில் பெற்றுக் கொண்ட தரவுகளைப் பயன்படுத்துவது உகந்ததல்ல. எதிர்கொள்ளல் நடைபெறும் போது ஆசிரியர் மிகப் பணிவாகவோ அல்லது ஆக்ரோஷமாகவோ நடந்து கொள்ளக்கூடாது. உறுதியான வெளிப்பாடு காட்டும் ஆளுமையைக் கொண்டிருக்க வேண்டும். ஆசிரியர் தனது சொந்தக் கருத்துகளை எதிர்கொள்ளலுக்குப் பாவிக்கக்கூடாது. சமூக விழுமியங்களைப் பாதுகாப்பதற்காக மட்டும் எதிர்கொள்ளல் செய்யப்படக்கூடாது. விடயங்களைச் சுட்டிக் காட்டும் போது ஆசிரியர் சொந்த உணர்வுகளுக்கு அடிமையாகக் கூடாது. எதிர்கொள்ளலைச் சிறப்பாகச் செய்வதற்கு அதி ஒத்துணர்வைப் பாவிக்கலாம். அந்நேரத்தில் பொருத்தமான சுய அநுபவங்களைக்கூற நேர்ந்தாலும் தவறில்லை. நல்ல முறையில் எதிர்கொள்ளல் அமைவதற்கு உளவளத்துணை ஆசிரியரிடம் ஒரு துணிவும் இருக்க வேண்டியது அவசியமேயாகும். உரையாடலில் சரியான நேரத்தை உபயோகிப்பது சாதுரியமானது. எதிர்கொள்ளல் நிறைவேறும் நேரத்தில் ஒரு பொழிப்புரை வழங்கலாம். ஆரம்ப வகுப்பு மாணவர்களைக் கடுமையான எதிர்கொள்ளலுக்கு உட்படுத்தாது இருப்பது நல்லது.

எதிர்கொள்ளலின் வெற்றியே உளவளத்துணையின் வெற்றியாகும்

ஆசிரியருக்கும் பிள்ளைக்கும் இடையில் மிக நம்பிக்கையான உறவு ஏற்படுத்தப்பட்டிருந்தால், பிரச்சினைகள் நல்ல முறையில் குவியப்படுத்தப்பட்டிருந்தால், எதிர் கொள்ளலை இலகுவாகச் செய்யலாம்.

8.4.8 இலக்கை நிர்ணயம் செய்தல்

- *ஒவ்வொருவருக்கும் தமது மாணவப் பருவத்தில் ஒரு இலக்கு இருக்கிறது அல்லது இருக்க வேண்டும் என்று நீங்கள் கருதுகிறீர்களா?*
- *வாழ்வின் இலக்குத் தெளிவில்லாவிடில் அதன் விளைவு எதுவாக இருக்கலாம்?*

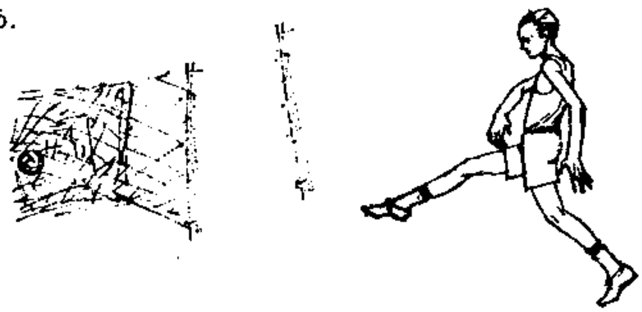
பொதுவாகவே மாணவர்கள் எல்லோரும் தெளிவான இலக்குகளைக் கொண்டு அவற்றை நோக்கி முன்னேறுகிறார்களா என்பதை ஆசிரியர்கள் அவதானித்துக்

கொள்ளவேண்டும். உணர்வுக் குழப்பங்களைக் கொண்டிருக்கும் மாணவர்கள் அல்லது உளப்பாதிப்புக்கு உட்பட்ட மாணவர்கள் திசை தெரியாது தவித்துக் கொண்டிருப்பார்கள். அவர்கள் தமது இலக்கைத் தெரிவுசெய்துகொள்ள உளவளத்துணை ஆசிரியர் உதவ வேண்டும். இலக்கு நிர்ணயிக்கப்படும் போதுதான் வாழ்வில் நம்பிக்கை தோன்றும்.

இலக்கு நிச்சயிக்கப்பட்டுவிட்டால் மாணவர் இப்போது நிற்கும் இடத்தில் இருந்து உளரீதியாக அவர்கள் போக விரும்பும் இடத்திற்கு அழைத்துச் செல்வது சுலபமாகும். இலக்குத் தெளிவாகும்போது சுய பொறுப்புணர்வும் நெகிழும் தன்மையும் உருவாகும். அப்போது 'என்னால் முடியும்' என்ற எண்ணத்தை மாணவரிடம் ஏற்படுத்துவது இலகுவாகும். குறுகியகால, நீண்டகாலக் குறிக்கோள்களைச் செம்மையாக எடுத்துக் கொண்டு அவற்றை நடைமுறைப்படுத்த முனையும் போது, 'வெற்றி' என்ற நேரான சவாலுடன் முன்னேறுதல் சாத்தியப்படும்.

மாணவரின் உணர்வுகள் கொந்தளித்து எழுகின்ற நிலைமைகளில் கற்பனை வேலை செய்வது குறைவாக இருக்கும். நெருக்கீடுகளுக்குப் பிறகு ஒரு குறுகிய மனநிலை தோன்றலாம். உளவளத்துணை ஆசிரியர் அதை வளம்படுத்த வேண்டும். புதிய காட்சிகள் பலவற்றைக் காண மாணவருக்கு உதவவேண்டும். அதனைத் தொடர்ந்து பிரச்சினைகளைத் தீர்ப்பதற்கான வேலைகளில் இறங்குவது இயலும்.

இலக்கு நிர்ணயம் செய்யும் செயற்பாட்டின் போது மாணவனின் கவனமும் செயற்பாடும் குவியப்படுத்தப்படும். அவரது உளச்சக்தி வீண்விரயமின்றிச் சேகரிக்கப்பட்டு நல்ல இலக்கை நோக்கிப் பெருமளவில் பயன்படுத்தப்படும். வாழ்வின் பிடிப்புத்தன்மை உயரும். இலக்குகளை அடைவதற்கான, வழிகளைத் தேடல் ஆரம்பமாகும். இலக்குகளை அடையத் தேவையான செயல்கள் இனங்காணப்படும். பார்வை மாற்றங்கள் உறுதிப்படுத்தப்பட்டு, பிரச்சினைத்



தீர்வுக்கான வழி தெளிவாகத் தெரியும். அளக்கக்கூடிய வாழ்வின் வெளியீடுகள் நிச்சயப்படுத்தப்படும்.

> மகாத்மா காந்தி, அன்னை தெரேசா, ஏபிரகாம் லிங்கன், ஐன்ஸ்ரீன் போன்ற மனிதர்கள் தமது வாழ்வின் உயர் இலக்குகளை அடைந்ததால் மனிதகுலம் அவர்களை நன்றியுடன் நினைவில் வைத்திருக்கிறது.

செயற்பாடு

பயிலுநர் இருவர் இருவராகச் சேர்ந்து தமது சொந்த வாழ்வின் இலக்குகளைப் பகிர்ந்துகொள்ளலாம். அந்தப் பயணத்தில் ஏற்பட்ட இடையூறுகளையும் கலந்துரையாடலாம். விரும்பிய ஒருவர் தமது அனுபவங்களை அல்லது தான் இருவர் குழுவில் கேட்டதை முழு வகுப்பு நிலையில் கலந்துரையாட அனுமதிக்கலாம்.

துரோணரின் பயிற்சிப் பாசறையில் ஒருநாள், மாணாக்கர்களாகிய அருச்சுனன், வீமன், துரியோதனன் போன்றோர் மரத்தின் மீது இருந்த கிளி ஒன்றுக்கு வில் அம்பினால் இலக்கு வைத்து நின்றிருந்தனர்.
குருவாகிய துரோணர், மூவரையும் பார்த்து,
"என்ன தெரிகிறது மாணாக்கர்களே" என வினாவ
ஒருவர் "மரம் தெரிகிறது" எனவும்
மற்றவர் "மரத்தில் கிளி தெரிகிறது" எனவும் கூற
அருச்சுனன் "கிளியின் கழுத்து தெரிகிறது" என விடைபகர்ந்தான்.

கிளியை இலக்குவைத்து அம்பெய்யுமாறு குருவானவர் கூற, அருச்சுனன் அம்புக்கே கிளி இலக்காகியது.

இலக்குகள் எவ்வளவு தூரம் மாணவரால் நிர்ணயிக்கப்படுகின்றன?

மாணவர் தனது இலக்குகளைத் தீர்மானிக்கும் போது, அவை அவரது கட்டுப்பாட்டினுள் எட்டப்படக்கூடியதாய் இருத்தலையும், அவரது விழுமியங்களுடன் முரண்படாது இருத்தலையும் ஆசிரியர் உறுதி செய்வது நல்லது. அவை அந்த மாணவரின் சொந்த இலக்குகளா என்பதையும் கவனித்துக் கொள்ள வேண்டும். இலக்குகள் எய்தப்படுவதற்கான நேர நிர்ணயமும் முக்கியமானது.

8.4.9 பல்வேறு பாதைகளைத் தேடுதலும் நடவடிக்கைகளைத் துரிதப்படுத்தலும்

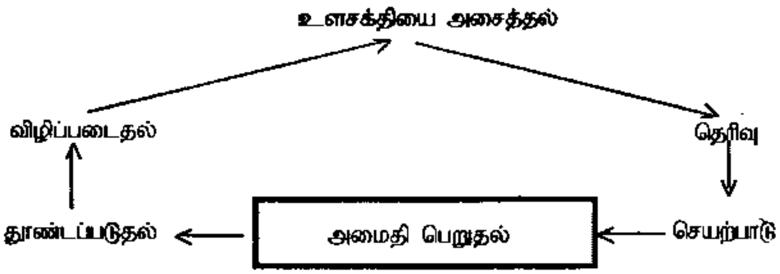
- *ஒரு இலக்கை அடைவதற்குப் பல்வேறு பாதைகள் இருக்குமா?*
- *பல்வேறு பாதைகள் இருக்குமாயின் அவற்றில் வினைத்திறனுள்ள பாதை எது என்பதைத் தீர்மானிப்பது எப்படி?*

மாணவரது பிரச்சினைகளை ஆராய்ந்து அவற்றைத் தெளிவுபடுத்துவதற்கு இதுவரை பெற்றுக்கொண்ட ஆற்றல்கள் உளவளத்துணை ஆசிரியருக்கு உதவியிருக்கும். ஆசிரியர் காட்டிய ஒத்துணர்வினால் மட்டுமே மாணவர் மன அழுத்தம் குறைந்து தனது பிரச்சினைகளைத் தீர்ப்பதற்கான வழிகளைத் தேட ஆரம்பித்திருப்பார்.

ஆயினும் சிலசமயங்களில் மாணவர் மேலும் முன்செல்லமுடியாமல் தடுக்கப்பட்டு நிற்கக்கூடும். அவ்வாறான நேரங்களில் உளவளத்துணை ஆசிரியர் மாணவரின் பல்வேறு தெரிவுகளைப் பற்றிக் கேட்கலாம். "உங்கள் பிரச்சினைகளைத் தீர்ப்பதற்கான வழிகள் எவை என்று நீங்கள் கருதுகிறீர்கள்?" என்பது ஒரு

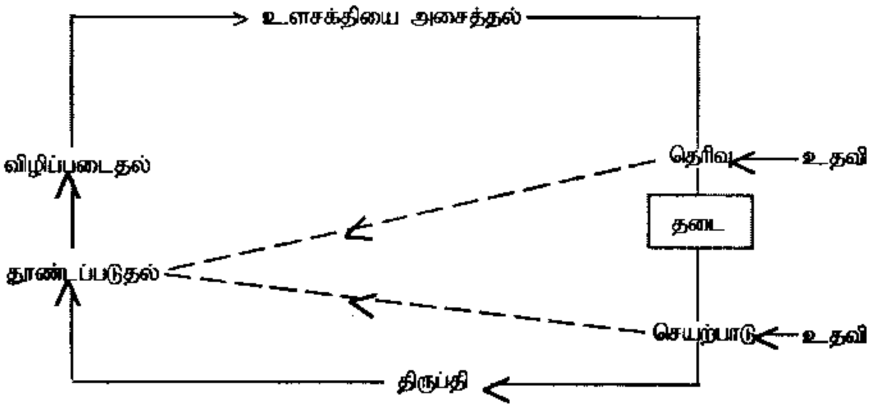
திறந்த கேள்வி. மாணவர் கூறும் வழிமுறைகளில் சில நடைமுறைப்படுத்த முடியாதவை எனக் கலந்துரையாடிக் கைவிடப்படலாம். ஆயினும் எல்லா வழிகளையும் ஆசிரியர் நினைவில் வைத்திருப்பது நல்லது. சில சமயம் நடைமுறைப்படுத்த முடியாதது என முதலில் கருதப்பட்ட, ஆயினும் பொருத்தமான வழிமுறை பற்றி மாணவர் சிந்திக்காவிட்டால், அதை மெலிதாகத் தொட்டுக் காட்டலாம்.

மாணவர் கண்டுகொண்ட ஒவ்வொரு வழிமுறையினதும் நன்மை தீமை பற்றி விரிவாகப் பேசும்படி அவரைத் தூண்டலாம். தீர்வாக அமைவதற்குச் சந்தர்ப்பம் குறைந்த வழிமுறை பற்றி முதலில் பேசவைப்பது நல்லது. தீர்வு முறைகளோடு சம்பந்தப்படுகின்ற உணர்வுகளுக்கு முக்கிய இடம் கொடுக்கப்பட வேண்டும். அறிவு ஒரு தீர்வை நோக்கியும், உணர்வு மற்றொரு தீர்வை நோக்கியும் மாணவரைத் தள்ளலாம். ஒருவர் எடுக்கும் முடிவுடன் உணர்வு ஒத்துழைக்க மறுத்தால், இறுதிவரை அந்த முடிவுடன் ஒட்டியிருத்தல் கடினமாகலாம். எத்தகைய முடிவை நாம் எடுக்கும் போது அதில் இழப்புக் குறைவாக இருக்கும் என்று கவனிப்பது அவசியமானது. ஏனெனில் இழப்புகளே உணர்வுகளைப் பாதிப்பவை. தனது ஆளுமையின் எந்தக்கூறு எந்த முடிவை விரும்புகிறது என்று முழுமையாகப் பார்க்க மாணவரை அனுமதிக்கலாம். ஒன்றுக்கு மேற்பட்ட முடிவுகளை விரும்புகிற வெவ்வேறு ஆளுமைக்கூறுகள் எல்லாம் தன்னுடையவையே என்று ஏற்றுக்கொண்டு குழப்பமடையாதிருக்க மாணவருக்கு உதவவேண்டும். பல்வேறு வழிகளையும் தேடி ஒரு முடிவுக்கு வரமுடியாதவராக மாணவர் நின்றுவிட்டாலும், அவ்வாறு ஒருவாரகாலம் நிற்க அவரை அனுமதித்து அடுத்த வாரம் தொடரலாம்.



மேலே உள்ள வட்டத்தில் தூண்டப்படுதல் நிலையில் குழம்பி இருப்பவர்களே உளவளத்துணை ஆசிரியரைத் தேடி வருவர். வட்டத்தின் படிநிலைகள் ஊடாக அவர்களை நகர்த்தி மீண்டும் அமைதி நிலையை அடையச் செய்தல் வேண்டும். சிலசமயங்களில் சரியான விழிப்புணர்வை மட்டும் கொடுத்துவிட்டால் போதும். இந்த வட்டத்தினூடாக அசைவது மாணவருக்கு இலகுவாக இருக்கும். (அடுத்த பக்கத்தில் உள்ள வரிப்படத்தைப் பார்க்கவும்.)

பொதுவாக எமது வாழ்வில் நாம் தொடர்ந்து அமைதி நிலையில்



இருப்பதில்லை. மேலே உள்ள வட்டத்தில் பலமுறை சுற்றிச் சுற்றி வரும்போது, தடைகளில் தடக்கி நிற்கவேண்டி ஏற்படலாம். தடை ஏற்படும்போது மீண்டும் விழிப்படைதல் நிலைக்கு வரவேண்டும். ஒரு தீர்மானத்திற்கு வரமுடியாத நிலையில் அல்லது ஒரு விடயத்தைச் செய்ய முடியாத நிலையில் மாணவர் இருந்தால், அவரது சிந்தனையும் உணர்வுகளும் அவருக்குத் தரும் செய்திகள் எவை என்று அவரிடம் கேட்கலாம்.

ஒரு செயற்பாட்டைச் செய்வதற்கு அல்லது ஒரு தெரிவை நடைமுறைப்படுத்து வதற்கு நாம் மாணவரை அளவுக்கு அதிகமாகத் தள்ளினால், அவர் கூடிய அளவு தடைப்பட்டு நிற்கவும் வாய்ப்புண்டு என்பதையும் மறந்துவிடலாகாது.

வாழ்வில் ஒரே விடயங்களைத் திரும்பத் திரும்பச் செய்வது சுலபமானது. ஆனால் புதிதாக ஒரு விடயத்தைச் செய்வது ஆபத்தானது. அதன் விளைவுகள் எதிர்வுகூற முடியாதவை. அந்த அனுபவம் அழுத்தம் தருவது என்பதையும் ஆசிரியர் மறந்துவிடக் கூடாது.

மாணவர் தனது சொந்த உணர்வுகளைக் கையாள முடியாதிருக்கும் போதும், மற்றவர்களின் மறுதாக்கங்களை எதிர்கொள்ளமுடியாதிருக்கும் போதும், எதிர்விளைவுகள் பற்றிய பயம் இருக்கும்போதும், பழைய துன்பகரமான அனுபவங்கள் திரும்ப வருமோ என்ற ஏக்கம் இருக்கும்போதும், "இவை இப்படித்தான் இருக்க வேண்டும்" என்ற சில எண்ணக் கருக்களின் ஊடுருவல் இருக்கும்போதும், பாதுகாப்பானதும் பயன்படுவதாகவும் இருந்த சில விடயங்கள் இழக்கப்படுமோ என்ற அச்சம் உருவாகும் போதும், விரும்பிய விடயத்தைச் செய்வதற்குத் தேவையான வினைத்திறன் இல்லாதபோதும் அவருக்குத் தடைகள் தோன்றலாம்.

மாணவர் இலக்கை இனங்காணச் செய்து, அவர் ஒரு தீர்மானத்துக்கு வருவதற்கு உளரீதியாக அவரைத் தயாரித்தல் உளவளத்துணை ஆசிரியரின் பணி. பின்னர் இலக்கை அடைவதற்கான முதல் படியை அறிந்து, அதனை

நிச்சயப்படுத்திக் கொள்ளச் செய்யலாம். அந்த முதற்படியை எப்படிச் செயற்படுத்துவது என்று தீர்மானிக்க மாணவருக்கு உதவலாம். அந்தப் படியைச் செயற்படுத்தத் தேவையான திறன்களைப் பெறச் செய்து அதை நடைமுறைப்படுத்தும் திகதியையும் தீர்மானிக்கச் செய்யலாம். முதற்படியைச் செயற்படுத்தி வெற்றி பெறும்போது ஆசிரியர் மாணவரை மனம் திறந்து பாராட்ட வேண்டும். தொடர்ந்து இதே வழியில் செயற்பட ஊக்குவித்து தனது செயற்பாட்டை மதிப்பிடவும் மீளாய்வு செய்யவும் வழிப்படுத்தலாம். ஆரம்ப வகுப்பு மாணவர்களுக்கு இந்த விடயம் தேவைப்படாது போகலாம். பல சந்தர்ப்பங்களில் பெற்றோரை அழைத்துப் பிரச்சினைக்குத் தீர்வுகாணவும் இலக்குகளைத் தேர்ந்தெடுக்கவும் அவர்களுடன் கலந்துரையாடலாம் (அத்தியாயம் 5ஐப் பார்க்கவும்). பின்னர் மாணவரின் பிரச்சினைக்கான தீர்விலே பெற்றோரையும் இணைத்துக் கொள்ளலாம்.

> செயற்பாடு
>
> சேரன் 5ஆம் தரத்தில் கல்வி கற்கும் விவேகமான ஒரு மாணவன். தான் ஒரு பொறியியலாளராக வரவேண்டும் என்பது அவன் கனவு. பரீட்சைப் பெறுபேறுகள் வந்தபோது அவன் புலமைப் பரிசில் கிடைக்கவில்லை என்பதால் குழப்பமடைந்தான். தரம் 6க்கு வேறு ஒரு பிரபல பாடசாலைக்குச் செல்லுமாறு பெற்றோர் கூறியதை அவன் ஏற்றுக்கொள்ளவில்லை. தான் எந்தப் பாடசாலைக்கும் இனிமேல் போகவில்லை என்று கூறினான்.
>
> இம்மாணவன் உளவளத்துணை ஆசிரியரிடம் ஆலோசனைக்காக வருகிறான். இவன் தெரிவு செய்யக்கூடிய பல வேறு வழிகளை இனம் காணுமாறு பயிலுநர் சிறு குழுக்கள் கேட்கப்படலாம். அந்த மாணவரின் பார்வையில் ஒவ்வொரு வழியினதும் நன்மை தீமைகளை அடையாளம் காணுமாறும், இறுதியில் இழப்புக் குறைந்து உணர்வு ஏற்றுக்கொள்ளும் முறையைத் தெரிவுசெய்யுமாறும் பயிலுநர் கேட்கப்படலாம். குழு வேலையின் முடிவுகளை பெரிய கடதாசியில் எழுதிக் குழுவின் செயற்பாட்டுத் தலைவர் முழுவகுப்பு நிலையில் முன்வைக்கலாம். எல்லாரும் பொருத்தமான முடிவுகளுக்கு வருவதைப் பயிற்றுநர் உறுதிப்படுத்தலாம்.

சரியான பாதையில் செல்லத் தொடங்கினால் சற்றுத் தாமதமாகவேனும் குறித்த இலக்கை அடைந்தே தீருவோம்.

8.4.10 நிறைவு செய்தல்

- *நிறைவு செய்தல் திருப்தியாக இல்லாவிடில் என்ன விளைவுகள் ஏற்படும்?*

உளவளத்துணை ஆசிரியருக்கும் மாணவருக்கும் இதுவரை இருந்து வந்த தொடர்பு நிறைவுக்கு வரும் இடம் ஒன்று வரும். அந்த இடம் சிறப்பாகச் செய்யப்பட வேண்டும். தனக்கு இதுவரை இருந்து வந்த ஒரு 'அனுபவம்' இன்றுடன் அற்றுப்போவதாக ஆசிரியர் உணரலாம். தனக்கு இருந்துவந்த ஒரு ஆதரவு

இன்றுடன் இல்லாது போவதாக மாணவரும் உணரலாம். முடிந்தவரை அவ்வாறு தாக்கமாக உணரப்படாமல் அது நிறைவு பெறுவது உகந்தது. ஒரு வெற்றியை அடைந்த திருப்தியோடு ஆசிரியர் அதை முடித்துவைக்க, இனிமேலும் நான் பிரச்சினைகளை இந்தவகையில் தீர்த்துக் கொள்வேன் என்ற நம்பிக்கையோடு மாணவரும் விடைபெற்றால் அது விரும்பத்தக்க நிறைவுசெய்தல் அமர்வாக இருக்கும். எப்படியும் அந்த நிகழ்வோடு உணர்வுகள் சம்பந்தப்பட்டிருக்கும் என்பதை மறந்துபோக முடியாது. வாழ்வில் தொடர்ந்து நடைபெற்றுவரும் மாற்றங்களில் அதுவும் ஒன்று என்று பார்க்கும் பார்வை வரவேண்டும். ஆகவே நிறைவுசெய்தலுக்கு முன்னர் வரும் ஓரிரு அமர்வுகளில் நிறைவுசெய்தலுக்கு மாணவரைத் தயார்ப்படுத்தும் வேலையையும் ஆசிரியர் கவனிக்க வேண்டும்.

உளவளத்துணைக்குரிய இலக்கை ஆசிரியர் தெளிவாக வகுத்திருந்தால் நிறைவுசெய்தல் எப்போது என்பதில் எவ்விதக் குழப்பமும் இருக்காது. இதற்கும் பிறகு இத்தொடர்பு அவசியமற்றது என்பதை அந்நிலையில் மாணவரும் உணருவார். ஒருநாளில் இந்த உளவளத்துணை உறவு முடிவுக்கு வரும் என்பதை முதல் அமர்விலிருந்தே இடையிடை மாணவருக்கு உணர்த்திவரவேண்டும். வாழ்வில் இனிமேல் இவருக்குப் பிரச்சினை வராது என்பதோ, இவருடைய பிரச்சினைகள் அனைத்தும் தீர்ந்துவிட்டன என்பதோ நிறைவு நிகழ்வின் அர்த்தமாக இருக்காது. தேவைப்படின் திரும்பவும் உளவளத்துணை உதவியை நாடலாம். குழந்தைகள்கூட தமது சொந்த வளங்களை நம்பியிருத்தலையே அதிகம் மகிழ்வானதாகக் கருதுகிறார்கள். அத்தகைய ஒரு திருப்தியுடன் உளவளத்துணை நிறைவு பெறலாம்.

ஆசிரியர் :- நாங்கள் இப்ப பல நாள் சந்திச்சு நிறையவே கதைச்சிருக்கிறம். அதில குறிப்பான முன்னேற்றத்தையும் கண்டிருக்கிறம். உளவளத் துணை தேவைப்படாத ஒரு நிலைக்கு வாறதைத்தான் நாங்கள் இலக்கு வைச்சு நடந்தம். அந்த இடத்துக்குக் கிட்ட வந்திட்டம் போலை கிடக்கு. ஆகவே பெரும்பாலும் இன்னும் ஓரிரு கிழமையில நிப்பாட்டுவம்.

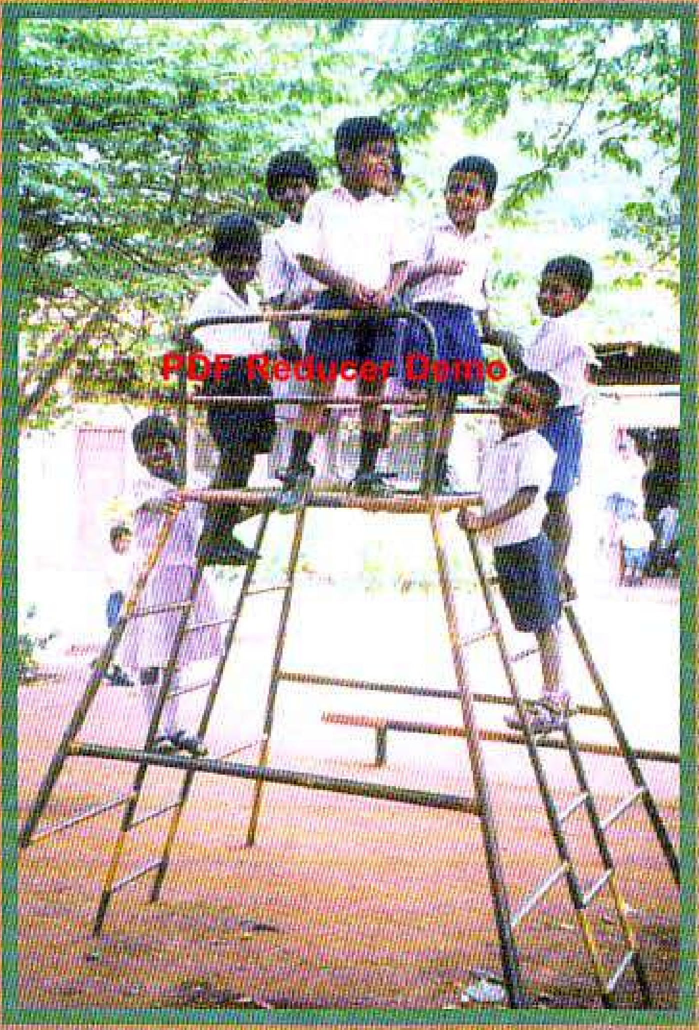
செயற்பாடு

பயிலுநர் சிறு குழுக்களாகப் பிரிக்கப்பட்டு உளவளத்துணை ஆசிரியர் எவ்வாறு நிறைவு நிகழ்வைச் செய்யலாம் என்பது தொடர்பாக ஒரு பாத்திரம் ஏற்று நடித்தலை ஒவ்வொரு குழுவும் செய்யலாம். அவற்றில் சிறந்த ஒரு நிறைவு நிகழ்வு தொடர்பாகக் கலந்துரையாடலாம்.

8.5 முடிவுரை

உளவளத்துணை ஆசிரியர் ஒருவர் பெற்றுக்கொள்ள வேண்டிய பல வேறு நுண்திறன்களைப் பற்றி இவ்வலகு ஆராய்ந்தது. அனுபவமும் ஆற்றலும் சேரும் போது ஒரு உளவளத்துணை ஆசிரியர் தனது ஆளுமையுடன் இயல்பாகவே இத்திறன்களை இணைத்துக் கொண்டவராக இருப்பார். இவர் எமது பிரதேசத்தில் பாதிக்கப்பட்ட ஏராளமான மாணவர்களுக்கு ஒரு உதவி வழங்கும் உன்னத மனிதராகக் கடமையாற்றுவார்.

பாளையின்றி
வளருமே வடலி
ஓராயிரம் மலர்களின்
ஒருமித்த அழகு
பார்வைக்கு நிலவு
புலன்களோ சூரியன்


PDF Reducer Demo

9

உதவும் வழிமுறைகள்

- எப்படியான சிறுவர்களுக்கு உளசமூக உதவி தேவைப்படுகின்றது?
- நாளாந்தம் நீங்கள் பாவிக்கின்ற உளவியல் உதவு முறைகள் எவை?
- ஒருவரின் நடத்தையில் மாற்றத்தை ஏற்படுத்தலாமா?
- மனதையும் உடலையும் தளர்வாக வைத்திருப்பதன் பயன்பாடுகள் எவை?
- வெளிப்படு என்பதனால் நீங்கள் கருதிக்கொள்வது யாது?

9.1 அறிமுகம்

PDF Reducer Demo

பொதுவாகச் சிறுவர்கள் மத்தியில் உடல், உள, சமூகம் சார்ந்த சிறிய தாக்கங்கள் ஏற்படுவது இயல்பு. இத்தகைய தாக்கங்களால் அவர்கள் பாதிக்கப்படும் போது அவர்களது இயல்புநிலை மாறி, கற்றல் செயற்பாடுகளிலும் அவர்கள் பின்னடைவதைக் காணலாம். இழப்புகள், அச்சுறுத்தல்கள், அழிவுகள், பிரிவுகள் போன்ற நெருக்கீடுகளைப் பெரியவர்களாகிய நாங்களே எதிர்கொள்ள முடியாதிருக்கும் போது சிறுவர்களும் தாக்கப்படுவார்கள் என்பதை எம்மால் உணரமுடிகின்றது அல்லவா?

இத்தகைய நெருக்கடி நிலையில் ஆசிரியர்களாகிய நாம் உதவி தேவைப்படும் பிள்ளைகளை அவர்களின் பாதிப்புக்களில் இருந்து மீட்டு, அவர்களை இயல்பு நிலைக்குக் கொண்டு வருதல் அவசியமாகும். இத்தகைய உதவிச் செயற்பாடுகள், அணுகுமுறைகள் என்பன இந்த அலகில் வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளன. இவற்றைப் பிள்ளையின் உளமுதிர்விற்கும், சூழலிற்கும், அவர்களது நாளாந்தக் கற்றல் செயற்பாடுகளுக்கும் பொருந்தக்கூடிய வகையிலே ஆசிரியர் மாற்றி அமைக்கலாம். குறிப்பாகப் பிள்ளைகள் தாங்களாகவே இயல்பு நிலைக்குத் திரும்பவும், உணர்வுகளை வெளிப்படுத்தவும், சந்தர்ப்பங்கள் வழங்குவதும், பிரச்சினைகளைக் கையாள வழிகாட்டுவதும் ஆசிரியரின் பணி ஆகும். இவற்றைச் செயற்படுத்தும் போது பிள்ளையை

உற்று அவதானித்தல், பிள்ளையின் படிமுறை வளர்ச்சியைக் கருத்தில் கொள்ளல், தொடர்ந்தும் இவற்றைச் செய்ய வழிப்படுத்தல், குடும்பத்தையும் இச்செயற்பாடுகளில் ஒன்றிணைத்தல் போன்றன இன்றியமையாததாகும்.

உதவும் வழிமுறைகள்

சாதாரண சந்தர்ப்பம்
- செவிமடுத்தல்
- ஆதரவளித்தல்
- பிரச்சினை தீர்த்தல்
- முரண்பாடு தீர்த்தல்
- கோபத்தைக் கையாளுதல்

விசேட சந்தர்ப்பம்
- வெளிப்பாட்டு முறை
- நடத்தைச் சிகிச்சை
- விளையாட்டு முறை
- சம்பவ விபரிப்பு முறை
- தளர்வுப் பயிற்சி
- உளவளத் துணை
- குடும்ப வளத்துணை (குடும்பச் சிகிச்சை)

வெளிப்பாட்டு முறை
- பாடல்
- ஆடல்
- வரைதல்
- உருவங்களை ஆக்குதல்
- நடித்தல்
- கதை சொல்லுதல்

சாந்த வழிமுறை
- சுவாசப் பயிற்சி
- தசைத் தளர்வு (உடல்)
- தளர்வுப் பயிற்சி (உளம்)
- மந்திர உச்சாடனம்
- அகஅமைதிப் பயிற்சி
- தியானம்
- பொதுவான தளர்வுப் பயிற்சி

செயற்பாடு

- உதவி தேவைப்படும் பிள்ளையை இயல்பு நிலைக்குக் கொண்டுவர உதவும் முறைகள் என நீங்கள் கருதுவன யாவை?
- இவ்வினாவிற்கான விடைகளை அட்டையில் எழுதிக் காட்சிப்படுத்தலாம்.
- விடைகள் தொடர்பாகக் கலந்துரையாடி, பொதுமுடிவிற்கு வர வழிப்படுத்தலாம்.

9.2 இயல்பாக்கல் முறைகளின் வகைகள்

பெரியவர்களாகிய எமக்கு ஒரு பாதிப்பு ஏற்பட்டால் சில சந்தர்ப்பங்களில் எமது நாளாந்தச் செயற்பாடுகள் சீர்குலையலாம். நாம் இயல்பு நிலைக்கு உடனடியாக மீளமுடியாது குழப்பம் அடைகிறோம். இது போலவே சிறுவர்களில் சிலரும் பிரச்சினைகளின் தாக்கத்திற்குள்ளாகும் போது இயல்புக்கு மாறான வெளிப்பாடுகளைக் காட்டுவார்கள். இந்நிலையில் ஆசிரியர் அதனை இனங்கண்டு, அவர்கள் மீது மேலதிக கவனம் செலுத்துவது அவசியமாகும். இதன் மூலம் அவர்களை இயல்புநிலைக்குக் கொண்டுவரலாம். இம்முறைகள் இருவகைப்படும். அவையாவன,

- இலகுவாகக் கையாளக்கூடியவை (சாதாரண சந்தர்ப்பங்களில்)
- விசேடமாகக் கையாள வேண்டியவை (விசேட சந்தர்ப்பங்களில்)

இவை பற்றிய அறிவானது ஆரம்பக்கல்வி ஆசிரியர்கள் அனைவரிடமும் இருக்கவேண்டியது அவசியம். இவற்றை நடைமுறைப்படுத்தும்போது ஆசிரியர் தன்னிடமுள்ள பொது அறிவு, அறிவாற்றல், படைப்பாக்கத்திறன், கலைத்துவம், அழகியல் சார்ந்த அக, புற வளங்கள் போன்றவற்றைப் பிரயோகித்துப் பொருத்தமான செயற்பாடு களின் பயன்பாட்டை அதிகரிக்கலாம். இதனால் ஆசிரிய மாணவ உறவு திருப்திகர மாகவும், பிள்ளையின் உளம் மகிழ்ச்சிகரமாகவும் அமையமுடியும் என்பது உறுதி.

9.3 இலகுவாகக் கையாளும் முறைகள்

- *உங்கள் வகுப்பறையில் இரு மாணவர்கள் தமக்குள் அடிக்கடி சண்டையிட்டுக் கொண்டு இருக்கின்றார்கள். இவர்களை நீங்கள் எவ்வாறு கையாளுவீர்கள்?*

ஆரோக்கியமான சூழலில்கூட கற்றல் செயற்பாடுகள் நிகழ்ந்து கொண்டிருக்கும் வேளைகளில் இடையிடையே எழும் சிறிய சிறிய முரண்பாடுகள், பிரச்சினைகள், கோப வெளிப்பாடுகள் போன்றவற்றை ஆசிரியர் அணுகி வகுப்பறைச் சூழலைச் சீராக்கம் செய்வது அவசியம். இவ்வாறு சீராக்கம் செய்த பின்பே கற்றல் செயற்பாட்டைத் தொடரமுடியும். இவ்வாறு உடனடியாக இயல்புநிலைக்குப் பிள்ளையைக் கொண்டு வருவதற்கு உதவும் முறைகளே நாம் முதலில் அவதானிக்கப் போகும் இலகுவான அதாவது சுலபமாகக் கையாளும் முறைகளாகும். இந்தவகை இயல்பாக்கல் முறைகளாகப் பின்வருவனவற்றைக் கருதலாம்.

- செவிமடுத்தல்
- ஆதரவளித்தல்
- முரண்பாடு தீர்த்தல்
- பிரச்சினை தீர்த்தல்
- கோபத்தைக் கையாளுதல்

வகுப்பறையிலேயே, ஒருநாளிலேயே இம்முறை மூலம் பிள்ளையை இயல்பு நிலைக்குக் கொண்டுவரமுடியும். ஆதரவளித்தல், செவிமடுத்தல் போன்ற பொதுவான வழிமுறைகள் எல்லாச் சந்தர்ப்பங்களிலும், ஏன் சாதாரண ஆசிரிய - மாணவ தொடர்புகளிலும் மேற்கொள்ளப்பட வேண்டியவை. அவற்றைப் பற்றி விரிவாக அலகு 8இல் பார்க்கவும்.

9.3.1 முரண்பாடு தீர்த்தல்

ஒன்றாகக் கல்விகற்கும் மாணவர்கள் மத்தியில் அடிக்கடி கருத்து வேறுபாடுகள் தோன்றி மறையலாம். சிலவேளைகளில் இந்நிலை நீடித்து வகுப்பறைச்சூழலைச் சீர்குலைக்கலாம். இதனால் ஒருவரோடு ஒருவர் பேசாதிருத்தல், முகத்தைத் திருப்பிக் கொள்ளுதல், அடித்தல், கோபமாகப் பார்த்தல், ஏசுதல் போன்ற வெளிப்பாடுகள் தோன்றலாம். இத்தகைய முரண்பட்ட நிலையைக் கையாளுவதில் ஆசிரியரின் அவதானம் முக்கிய பங்கு வகிக்கின்றது. சில செயற்பாடுகள் வெளிப்படையாகத் தெரிவதில்லை. சிலவேளைகளில் செய்பவரை இனங்காண முடியாத நிலையும் இருக்கலாம். முரண்பாடு தீர்த்தல் முறையில் ஒழுங்கான படிமுறை நகர்த்தல் காணப்படும். இவற்றைக் கீழ்வரும் தொடர் விளக்குகிறது.

இப்படிமுறைகளைப் பொருத்தமான முறையில் பிரயோகிப்பதன் மூலம் மாணவர்களுக்கிடையில் ஏற்படுகின்ற முரண்பாடுகளைக் கையாளலாம்.

முரண்பாட்டினை இனங்காணல்

↓

சம்பந்தப்பட்டவர்களைத் தனித்தனியாகவோ குழுக்களாகவோ அறிதல்.

↓

குழுக்களின் (அவர்களின்) தேவைகளை அறிதல்.

↓

அவர்களின் சந்தேகம், பயம் என்பவற்றை உணர்ந்து கொள்ளல்.

↓

பொருத்தமான உரையாடலை மேற்கொள்ள வழிசமைத்தல்.

↓

இரு பகுதியினரும் ஏற்றுக்கொள்ளக்கூடிய இணக்கமான முடிவிற்குவர வழிப்படுத்துதல்

9.3.2 பிரச்சினை தீர்த்தல் முறை

மாணவர்களினுடைய இயல்பான கற்றல் நடவடிக்கைகளுக்கு இடர் ஏற்படும் போது அது ஒரு பிரச்சினையாக வடிவெடுக்கின்றது. பிரச்சினைகளுக்கு அக, புறக் காரணிகள் தூண்டலாக இருப்பினும் பெரும்பான்மையான பிரச்சினைகளுக்கு புற அழுத்தங்களே காரணமாக அமைகின்றன (பெட்டகத்தைப் பார்க்கவும்).

மேற்கூறப்பட்ட அழுத்தங்களுக்கு உட்பட்ட பிள்ளை வகுப்பறைகளில் பிரச்சினை தரும் பிள்ளையாக மாறலாம். இத்தகைய சந்தர்ப்பங்களில் ஆசிரியர் பிரச்சினை தீர்ப்பவராக மாறவேண்டிய தேவை ஏற்படுகிறது. இந்த நிலையில் ஆசிரியர் நடுநிலைமையாளராகவும், பிள்ளைகள் மீது உண்மையான கரிசனையுடையவராகவும் செயற்படவேண்டியது அவசியம். அதேவேளை பிரச்சினை தீர்த்தல் நடவடிக்கைகளுக்கு நீண்ட காலம் எடுக்காது, குறுகியகால எல்லையில் தீர்வுகாண வேண்டும். முரண்பாட்டையும் பிரச்சினையையும் வேறுபடுத்தி அவதானிக்கவும், கையாளவும் ஆசிரியர் பயிற்சி பெற்றிருப்பது அவசியம்.

புற அழுத்தங்களாவன,
- போரர்
- இடப்பெயர்வு
- போசாக்கின்மை
- வறுமை
- உடல்நோய்நிலை
- சமூகப் பாகுபாடுகள்
- இழப்பு
- நெருக்கீடு
- பொருத்தமற்ற வதிவிடம்
- குடும்பப் பிரச்சினை

- இருவர் மாபிளுக்கு அடிபடுதல் - முரண்பாடு
- பல மாணவர்கள் குறிப்பிட்ட ஒரு பரீட்சையில் சித்தியடையத் தவறியமை - பிரச்சினை

பிரச்சினை தீர்த்தலும் ஒரு தொடர் படிமுறையாகும்.

பிரச்சினைகளைக் கையாளும் முறைகள்
- பிரச்சினையை எவ்வாறு அனுமானித்து உணருகின்றீர்?
- எப்போது தொடங்கியது?
- எவ்வளவு காலமாக இப்பிரச்சினை நீடித்துக்கொண்டிருக்கிறது?
- இப்பிரச்சினைக்கான காரணி என்ன?
- இதனால் உண்டாகும் நேரடியான, மறைமுகமான விளைவுகள் யாவை?
- கடந்த காலங்களில் இப்பிரச்சினையை எவ்வாறு கையாள முயற்சித்தீர்கள்?
- இந்தப் பிரச்சினையை அணுகுவதற்கு அல்லது தீர்ப்பத2ற்கு என்ன வழிகள் இருக்கின்றன?
- இவற்றுள் இத்தருணத்தில் பிரயோகிக்கக்கூடிய சிறந்த, நடைமுறைச் சாத்தியமான வழிமுறை யாது?
- அம்முறையைச் செய்து பார்த்தல்
- செயற்பாடு வெற்றி தந்ததா என்று மதிப்பீடு செய்தல்
- செயற்பாடு வெற்றி தராவிடின் வேறு ஒரு முறையைச் செய்து பார்த்தல்
- திரும்பவும் மதிப்பீடு, செயற்பாடு

குறிப்பு:- பிள்ளைகளின் வயதிற்கேற்ப, பிரச்சினைகளின் தாக்கத்திற்கேற்ப மேற்கண்ட படிமுறைகளைக் கையாளலாம். பிரச்சினையைத் தீர்ப்பதற்கு 8.4.9இல் விபரிக்கப்பட்ட முறையை உபயோகிக்கலாம்.

9.3.3 கோபத்தைக் கையாளுதல்

- *கோபம் என்பது தீயபண்பா?*
- *ஒருபோதுமே கோபம் வராதவர் யாருமுண்டா?*

கோபம் பொதுவாக எல்லோருக்குமே ஏற்படுகின்ற ஒன்றாகும். கோபம் என்பதைத் தீய பண்பு என்றே பலர் கருதுகின்றார்கள். ஒவ்வொரு உயிரியும் ஏதோவொரு சந்தர்ப்பத்தில் கோபப்படுகின்றது. கோபம் ஏற்படும் போது அதனை வெளிப்படுத்தும் முறைகள் (அல்லது வெளிப்படுத்தாமல் அடக்கி வைத்திருத்தல்) ஆரோக்கியமற்ற விளைவுகளை உருவாக்கும் வேளையில் கோபம் ஒரு தீய, மறையான பண்பாகக் கருதி வெறுக்கப்படுகிறது. பிறரைத் துன்புறுத்தாத கோபம் ஓரளவு ஆரோக்கியமானது. கோபத்தை ஆரம்பத்திலேயே இனங்கண்டு, அதிலிருந்து நம்மையும் காத்துப் பிறரையும் காப்பது அவசியம்.

- *அப்படியானால் கோபத்தை அடக்கலாமா? கட்டுப்படுத்தலாமா?*

இல்லை, அதுவும் ஆரோக்கியமற்ற ஒரு நிலையாகும்.

கோபத்தைக் கையாளும் முறைகள்

- → முதலுதவியாக ஒரு குறிக்கப்பட்ட தூரம் ஓடிவரவிடலாம். ஓடிக் களைத்து வந்த பின் தனியாக அழைத்து, அமர்த்தி மனம் விட்டுக் கதைக்கலாம்.
- → கோபத்திற்குரிய விடயத்தைப் பற்றிக் கதைத்து, முறைப்பாடுகளை உன்னிப்பாகச் செவிமடுத்து உணர்ச்சிகளை வெளிப்படுத்தச் சந்தர்ப்பம் வழங்குவது நன்று.
- → கோபம் அர்த்தமுள்ளதாக இருந்தால் அதற்கு அடிப்படையாக இருக்கும் பிழையை, அநீதியை ஒப்புக்கொண்டு அதைத் தீர்க்க வழிதேடலாம்.
- → சாந்த வழிமுறைகளில் பயிற்சி கொடுக்கலாம்.
- → உணவு, நீர் போன்றவற்றை வழங்கிப் பிள்ளையின் அடிப்படைத் தேவையைப் பூர்த்தி செய்தபின் மனம்விட்டுப் பேசலாம்.
- → கோபம் சற்று அதிகரித்த நிலையில் பிழையை இனங்கண்டு, அவனைத் தனியே அழைத்து, வேறு ஓர் இடத்தில் அமர்த்தி, அவன் எதிரே வெற்றுக் கதிரை ஒன்றை வைத்து, அதில் இவனது கோபத்திற்குரியவர் இருப்பதாகக் கற்பனை செய்து அவரை நோக்கி வார்த்தைகள் மூலம் கோபத்தை வெளிப்படுத்தச் சந்தர்ப்பம் வழங்கலாம்.
- → கோப உணர்வினால் அதிகம் பாதிக்கப்பட்டிருப்பவர் முன்னே ஒரு தலையணையைக் கொடுத்து கோபத்திற்குரியவராக அதனைப் பாவித்து அதன் மேல் கோபத்தை வெளிப்படுத்தி என்ன செய்ய வேண்டுமோ அதனைச் செய்யுமாறு வழிப்படுத்தலாம்.
- → கோபத்திற்காளான சிறுவனிடம் ஒரு பந்தினைக் (டெனிஸ்) கொடுத்து இயலுமான தூரத்திற்கு அத்னை எறிய வழிப்படுத்தலாம்.
- → மத்தளம், மிருதங்கம், றபான், டொல்கி போன்ற தோற்கருவிகளில் ஒன்றைக் கொடுத்து அதனை இசைக்க (வாசிக்க, அடிக்க) சந்தர்ப்பம் வழங்கலாம்.

மேற்கூறப்பட்ட சந்தர்ப்பங்களில் பிள்ளைகளின் கோப உணர்வின் வெளிப்பாடு மிகவும் சுலபமாகவும், பொருத்தமாகவும் வெளிக்காட்டப்படும்.

குறிப்பு :- இப்பயிற்சிகளைப் பிள்ளை ஆறும்வரை இயல்பு நிலைக்கு வரும்வரை தொடர்ந்து செய்யச் சந்தர்ப்பம் அளிக்க வேண்டும். சுலபமாகத் தீர்க்கக்கூடிய கோபநிலையின் போது எளியமுறைகளையே கையாள்வது பொருத்தமானதாகும்.

கோபம் பெரியோருக்கு ஏற்படுவது போலவே சிறுவர்களுக்கும் ஏற்படுகிறது. இந்நிலையில் பிள்ளையின் கோப வெளிப்பாட்டை ஆசிரியர் ஆரோக்கியமான முறைகளில் வெளிப்படுத்த வழிகாட்ட வேண்டும்.

- *சிறுவர்களுக்கு ஏன் கோபம் வருகிறது?*

பிள்ளைகள் தமது இயல்பு நிலைக்கு மாறாக ஒன்றை எதிர்கொள்ளும் போது கோபம் வரும். மகிழ்ச்சியான செயல் ஒன்றின் போது குறுக்கிட்டால் கோபம் ஏற்படும். அவர்களது சுயாதீனத்தில் தலையிட்டால் கோபம் வரும். பிடிக்காத ஒன்றைச் செய்யும்படி வற்புறுத்தினால் கோபம் வரும். துன்புறுத்தினால் கோபம் வரும். கசப்பு உணர்வு ஏற்படும் போதும் கோபம் வரலாம். இது போன்று பிள்ளையின் சந்தோஷத்திற்கு, நலனுக்குக் குறுக்கே வரும் எல்லாமே கோபத்தை ஊட்டவல்லன. எனவே ஆசிரியர் மிகவும் அவதானமாகச் செயற்பட்டு, இத்தகைய கோபத்தைக் கையாள வழிப்படுத்த வேண்டும்.

- *இப்பொழுது கோபம் வந்துவிட்டது.*

கோபம் வந்தவுடனேயே அதனை வெளிக்காட்டும் இயல்பை சிறுவர்களிடம் காணலாம். இந்நிலையில் ஒரு மாணவன் அடிப்பான், கால்களால் உதைப்பான், நகங்களால் கிள்ளுவான், துப்புவான், கடிப்பான், ஏசுவான், பென்சிலால் குத்துவான் இன்னும் இது போன்ற பல வன்முறைகள் வெளிப்படலாம். இது வகுப்பறைச்சூழலை மிகவும் ஆழமாகப் பாதிக்கும். இத்தகைய உணர்வின் பிடியில் இருக்கும் போது இறுக்கம், படபடப்பு, வியர்வை வெளிப்படுதல், விரைவாக மூச்சு விடுதல், வன்முறை வெளிப்பாடு என்பன பிள்ளையிடம் இருந்து பிரதிபலிக்கும். இதனால் பிள்ளையின் கற்றல் ஈடுபாடு சீர்குலைந்துவிடும். எனவே பிள்ளையை இந்நிலையில் இருந்து மீட்டு வெளியே கொண்டு வரவேண்டியது ஆசிரியரின் கடமை ஆகும்.

வகுப்பில் கோபத்தை வெளிப்படுத்தும் பிள்ளைகளை முதலில் இனங்காண வேண்டும். அவர்களில் ஒருவரை அழைத்து அவரது கோபத்திற்குக் காரணம் என்ன என அறியலாம். கோபத்தின் தன்மை, அளவு, கோபத்திற்குரிய பொருள் அல்லது மனிதர் போன்ற விடயங்கள் சிறுவனுக்குச் சிறுவன், சந்தர்ப்பத்திற்குச் சந்தர்ப்பம் வேறுபடலாம்.

9.4 விசேட இயல்பாக்கல் முறைகள்

உதவி தேவைப்படும் பிள்ளைகளை அவற்றின் தாக்கங்களிலிருந்து வெளிக்கொணர்வதற்கான விசேட முறைகளாக அமைவன பற்றி நோக்குவோம். பிள்ளைகளை அவர்களின் தாக்கத்தில் இருந்து மீட்டெடுப்பதற்கென்று வடிவமைக்கப்பட்ட விசேட முறைகள் பல பிள்ளைகளின் இயல்பாக்க நடவடிக்கைகளுக்கூடாகச் செயற்படுதல் குறிப்பிடத்தக்க தாகும். இதில் பிள்ளையின் விசேட திறன்கள் தூண்டப்படுகின்றன. ஆடல், பாடல், வரைதல், ஆக்கச் செயற்பாடுகள், விளையாட்டு, கதை சொல்லல், நடித்தல் போன்ற இம்முறைகள் ஆரம்பக்கல்விப் பாடவிதானத்தில் காணப்படுகின்றன. இச்செயற்பாடுகள் நிகழும் போது ஆசிரியர் அவை பற்றிய ஓரளவு அறிவும், இரசனை உணர்வும் கொண்டு பிள்ளையைத் தட்டிக்கொடுத்தல் அவசியம். இவை தனியாள் தொடர்பானவையாகவும், குழு நிலைப்பட்டவையாகவும் அமையலாம்.

வெளிப்பாட்டு முறைகள்

9.4.1 வெளிப்பாட்டு முறை

வெளிப்பாட்டு முறை மூலம் பிள்ளை தன்னுடைய உளப்பாதிப்புகளையும், உணர்ச்சிகளையும் வெளிப்படுத்துவது, அந்தப் பிள்ளை பாதிப்பில் இருந்து விடுபட்டு, இயல்பு நிலைக்குத் திரும்புவதற்கு உதவும்.

9.4.1.1 பாடல்

சிறுவர்களைப் பொறுத்தவரையில் பாட்டுப் பாடுதல் என்பது ஒரு விருப்புடைய செயலாகும். இதற்கு இசைத்துறையில் திறமை அவசியம் என எண்ணுவது தவறு. பொதுவாகச் சிறுவர்கள் ஏதாவது வேலை செய்யும் போது தமக்குள் ஏதாவது இசையை, பாடல் மெட்டை முணுமுணுத்துக் கொண்டிருப்பதை அவதானிக்கலாம். உதவி தேவைப்படுகின்ற பிள்ளையில் இந்த நடைமுறையை வேறுவிதமாக அவதானிக்கலாம். இசையில் ஈடுபடாமை, ஒதுங்கியிருத்தல், விலகியிருந்து அவதானித்தல், பாடலைக் குழப்புதல், இடையிடையே அவ்விடத்தில் இருந்து விலகித் தனித்திருத்தல் போன்ற செயல்களைக் காணலாம்.

இத்தகைய பிள்ளைகள் மேல் ஆசிரியர் தனியான கவனம் எடுத்து, அவர்களை அணுகி, அவர்களின் பாதிப்பின் தன்மை, ஆழம் என்பன பற்றிக் கவனம் எடுத்து, பிள்ளையை இயல்பு நிலைக்குக் கொண்டு வரும் வகையில் குழுவுடன் இணைத்துச் செயற்படுதல் அவசியம். பிள்ளைக்குப் பாடச் சந்தர்ப்பம் அளித்து ஊக்குவிக்க நேரிடும். பிள்ளையுடன் முதலில் சேர்ந்து பாடலாம். குழுவுடன் பாடவிடலாம். பின் தனியாகப் பாட வைப்பதற்கு முயற்சி எடுக்கலாம். வேறு இசையுடன் அல்லது வானொலி, தொலைக்காட்சி, வீடியோ போன்றவற்றுடன் சேர்ந்து பாடச் செய்யலாம். பாடும் பொழுது பாராட்டி மேலும் ஊக்குவித்தல் நன்று. அத்துடன் புதிய பாடல்களையும் சொல்லிக் கொடுக்கலாம்.

சில தனித்துவமான பிள்ளைகளிடம் பாடலில் ஆர்வம் இயல்பாகவே இல்லாது இருக்கலாம். சிலர் இயல்பாகவே கூச்ச சுபாவம் உள்ளவர்களாக இருக்கலாம்.

9.4.1.2 பாடலுடன் ஆடல்

வெளிப்பாட்டு முறையில் இம்முறையும் ஒன்று. இது "இசையும் அசைவும்" என்னும் செயற்பாடாக ஆரம்பக்கல்வியில் அழைக்கப்படும். சிறுவர் பாடல் ஒன்றை இசை, லயத்துடன் சொல்லிக்கொடுத்த பின்பு பிள்ளைகளை இயல்பாகப் பாடி ஆடவிடலாம். இசையுடன் ஒன்றாது விலகி முரணாக இருக்கின்ற பிள்ளைகளை ஆசிரியர் அணுகி, அவர்களுடன் கதைத்து, அவர்களை இயல்பு நிலைக்குக் கொண்டு வருதல் அவசியம்.

ஆடல் முறை மூலம் உணர்ச்சிகளை வெளிப்படுத்த உதவுகின்ற போது பிள்ளைகளை அவர்களுடைய விருப்பத்திற்கு ஏற்ப அசைவுகளை வெளிப்படுத்தச் சந்தர்ப்பம் வழங்கவேண்டும். ஏதாவது ஒரு லயத்திற்கு ஏற்ப ஆட, குதிக்க, துள்ள, அசைய வழிப்படுத்தலாம்.

9.4.1.3 சித்திரம் வரைதல்

செயற்பாடு

இருவரை அழைத்து ஒருவர் ஒரு விரலால் (சுட்டுவிரலால்) அசைவை ஏற்படுத்த, மற்றவர் அந்த விரலை உற்றுப் பார்த்தபடி அதன் அசைவுக்கேற்ப அசையலாம். இதனை ஒரு அழகியல் வடிவமாக்கலாம்.

சித்திரத்தின் மூலம் சிறுவர்கள் தம்மையும் தமது உணர்வுகளையும் வெளிப்படுத்துவார்கள். அவர்கள் தரும் செய்தி நேரடியாகவும் இருக்கலாம். பல வேளைகளில் ஆழமாகவும் (மறைமுகமாக) இடம்பெறலாம். சிலவேளைகளில் அர்த்தம் பெரிதாகக் காணப்பட முடியாமலும் இருக்கலாம். வெள்ளைத் தாளில் வண்ணக்கலவைகள் மூலம், அல்லது பென்சில்கள் மூலம் விரும்பிய காட்சியை (படத்தை) வரையும்படி கேட்கலாம். சித்திரம் கலைத்துவமாக அமைய வேண்டும் என்று பிள்ளையை அழுத்தக்கூடாது. பிள்ளைகளின் சித்திரத்தில் பின்வருவனவற்றை அவதானித்து அவர்களின் மனநிலையைப் பற்றி ஊகித்துக் கொள்ளலாம்.

- வரையும் கோடுகளின் அமைப்பு முறை
- தெரிவுசெய்யும் வர்ணம்
- தெரிவுசெய்யும் காட்சி
- குறிப்பிடும் முக்கிய சம்பவம்/ பொருள்/ மனிதர்
- ஒழுங்குபடுத்தப்பட்டிருக்கும் முறை

சித்திரம் வரையும்போது ஆரம்பத்தில் பிள்ளை வரைந்ததற்கும், இரண்டு மூன்று தடவைக்குப் பின்பு வரைவதற்கும் இடையில் வித்தியாசங்கள் காணப்படலாம். இது பிள்ளையின் மனநிலையில் படிப்படியான மாற்றம் ஏற்படுவதனை உணர்த்தும். இதனை ஆசிரியர் புரிந்து கொள்ளவேண்டியது அவசியம். பிள்ளைகள் வரைந்தவற்றை வைத்துக் கொண்டு கலந்துரையாட ஊக்குவிக்கலாம். ஆயினும் இதனைக் கட்டாயப்படுத்தத் தேவையில்லை. பிள்ளைகளுக்குத் தொடர்ந்து ஆதரவு அளிப்பதே முக்கியமானதாகும்.

9.4.1.4 கைத்திறன் செயற்பாடுகள்

செயற்பாடு

- வரைதலுக்குரிய பொருட்களை முன்னே வைத்துப் பயிலுநர்களின் விருப்பத்திற்கேற்ப அவர்களை இயங்கவிட்டு அவதானிக்கலாம்.
- இதேபோல வகுப்பறையில் பிள்ளைகளையும் செயற்பட வைத்து அவதானிக்கப் பயிலுநர்களை வழிப்படுத்தலாம்.

களிமண், வர்ணக் கடதாசிகள், கத்திரிக்கோல், பசை, அயலில் கிடைக்கும் பூக்கள், இலைகள், சிப்பி, சோகி, விதைகள், சருகுகள் போன்றவற்றைக் கொண்டு பிள்ளையை இயல்பாக ஏதாவது ஆக்குவதற்குத் தூண்டலாம், அல்லது ஆசிரியர் செய்து வழிகாட்டலாம்.

கற்றல் செயற்பாடுகளில் வகுப்பறைச் சூழல் பிள்ளையை ஆக்க வேலை களுக்குத் தூண்டக்கூடிய வகையில் ஒழுங்கமைக்கப்பட்டிருப்பது அவசியம் (அத்தியாயம் 4ஐப் பார்க்கவும்). பிள்ளை சூழலை, வாய்ப்பை, வளங்களை நாடிப் போவதைவிடச் சூழலைப் பிள்ளைக்கு அருகே கொண்டு வரும் உத்தி புதிய கல்விச் சீர்திருத்தத்தில் அறிமுகப்படுத்தப் பட்டுள்ளமை குறிப்பிடத்தக்கதாகும். பிள்ளை வாழும் சூழலைப் பிள்ளை விரும்புவதாக ஆக்கும்போது, கற்றல் பயனுறுதி வாய்ந்ததாகவும், ஆரோக்கியமான தாகவும் இருப்பதை அவதானிக்கலாம். மேலும் சூழலில் கிடைக்கும் பொருள்களைக் கொண்டு ஏதாவது உருவங்களைச் செய்தல் மூலமும் பிள்ளையின் உளத் தாக்கத்தை அவதானிக்கலாம். பொதுவாக அவர்கள் விரும்பும் வர்ணங்கள், வடிவங்கள் பற்றி இதன் மூலம் அறியலாம். உதாரணமாக, பிள்ளை மிகுந்த நெருக்கீடு, குழப்பங்களுக்கு உள்ளாகி இருக்கும் போது அது

தெரிவு செய்யும் வர்ணங்கள் இருண்டவையாக இருக்கும். வடிவங்கள், வெட்டுக்கள் ஒழுங்கற்றவையாகத் தெரிவு செய்யப்பட்டிருக்கும். பிள்ளைகளின் வயதுக்கும், விருத்திக்கும் ஏற்றவாறு அப்பிள்ளை விரும்பும் கைத்திறன் செயற்பாடுகளை மேற்கொள்ள ஊக்குவிக்கவும்.

இச்செயற்பாடுகளின் மூலம் பிள்ளையின் உணர்வுநிலைச் சிக்கல்கள் வெளிப்படுவதற்கு போதிய அளவு சந்தர்ப்பம் வழங்கப்படுகின்றது.

9.4.1.6 நாடகம்

இது குழுநிலைப்பட்டதாக இருப்பினும் இதில் ஒவ்வொரு பிள்ளையும்

செயற்பாடு 1

- பயிலுநர்களை வெளியே அனுப்பி (பாடசாலை) சூழலில் கிடைக்கும் பூக்கள், இலைகள், சருகுகள், சிப்பி, சோகி, விதைகள், இறகுகள் போன்றவை எவற்றையாவது சேகரித்து அதன் மூலம் ஏதாவது உருவங்கள் செய்ய வழிப்படுத்தலாம். அனைவரது ஆக்கங்களையும் காட்சிப்படுத்தி அவை பற்றி அவர்களுடனேயே கலந்துரையாட வழிப்படுத்தலாம்.
- இதே போல வகுப்பறையிலும் பிள்ளைகள் இச்செயற்பாட்டினைச் செய்யப் பயிலுநர்களை வழிப்படுத்தலாம்.

செயற்பாடு 2

- பயிலுநர்களை இருவர் இருவராகப் பிரித்து ஒருவரைச் சிற்பியாகவும் மற்றையவரைக் களிமண்ணாகவும் பாவனை செய்யுமாறு கூறவும்.
- சிற்பி தான் உருவாக்க விரும்பும் சிலையாக மற்றவரைப் பாவனை செய்ய வழிப்படுத்தவும்.
- சிலையாக நிற்பவர் தனது விருப்பத்திற்கு அசையக்கூடாது என்பதில் கவனம் செலுத்தவும்.
- உருவாக்கிய சிலைகள் பற்றி உருவாக்கியவரிடமே கலந்துரையாடி அவர் கருத்தைச் செவிமடுக்கவும். சிலையை உருவாக்கியவரின் மன உணர்வுகளின் வெளிப்பாடு அவர் உருவாக்கிய சிலை மூலம் வெளிப்படுவதை அவதானிக்க வழிப்படுத்தவும்.

தன்னை வெளிப்படுத்த முடியும். எனவே பிள்ளையைத் தனியாக உற்று நோக்க நாடகம் ஒரு ஊடகமாகக் கொள்ளப்படுகின்றது. சிறுவர்கள் எப்பொழுதுமே "போலச் செய்வதில்" விருப்பமுடையவர்களாகவே இருப்பார்கள். இதற்கேற்ப "பாலர் நீதிக்கதை"களை சிறுவர் நாடகங்களாக அவர்கள் நடிக்கச் சந்தர்ப்பம் வழங்கி, அவற்றின் ஊடாக அவர்களது உள்ளத்தின் வெளிப்பாடுகளை அவதானிக்கலாம். உணர்ச்சிகளை வெளிக்கொணர உதவலாம்.

செயற்பாடு

பயிலுநர்களை மூன்று குழுக்களாக்கிச் சிங்கமும் முயலும் பாலர் நீதிக்கதையை நாடகமாக நடிக்க வழிப்படுத்தவும். ஒவ்வொருவரும் தெரிவுசெய்யும் பாத்திரங்களின் மூலம் அவர்களது உணர்வுகள் வெளிவரச் சந்தர்ப்பம் வழங்கவும்.

⊙ ஆக்ரோஷம் ⊙ பயம் ⊙ வீரம் ⊙ நேர்மை ⊙ மென்மை

போன்ற உணர்வுகளைப் பயிலுநர்களிடம் அவதானித்துக் குறித்துக் கொள்ளலாம்.

பாதிக்கப்பட்ட பிள்ளையை நாடக செயற்பாடுகளில் ஈடுபடுத்த முயற்சிக்கவும். தயங்கினால் ஊக்குவிக்கவும். பிள்ளை விரும்பிய பாத்திரங்களை முதலில் கொடுக்கலாம். தாக்கத்திற்கான காரணிகளை நாடகத்தின் கருப்பொருளாகக் கொண்டுவரலாம். கட்டம் கட்டமாகப் பாதிக்கப்பட்ட மாணவனைக் குறிப்பிட்ட பாத்திரங்களை ஏற்கச் செய்யலாம். மாணவர் தனது உணர்ச்சிகளை, உணர்வுகளை வெளிப்படுத்த உதவும் பாத்திரங்களை தெரிந்தெடுத்துக் கொடுக்கலாம்.

9.4.1.6 கதை சொல்லல்

வெளிப்பாட்டு முறை மூலம் இயல்பு நிலைக்குக் கொண்டு வருதலில் கதை சொல்லல் முறையும் முக்கியமான ஒன்றாகும். சிறுவர்கள் கதை கேட்பதில் மிகுந்த ஆர்வம் உள்ளவர்கள். கேட்ட கதைகளைத் திரும்பக் கூறுவதிலும் அவர்கள் ஊக்கமுள்ளவர்களாக இருப்பார்கள். அவர்களின் இத்தகைய திறனைப் பயன்படுத்தி அவர்களுக்குள் இருக்கும் அழுத்தங்களை வெளிப்படுத்தும் சிகிச்சை முறையாக இது அமைகிறது. அவர்களாகவே ஒரு கதையை உருவாக்கிக் கொள்வதற்கு வழிப்படுத்தும் போது அவர்களது சொந்தப் பிரச்சினைகளே கதையாக வெளிவர வாய்ப்பு ஏற்படுகின்றது. இதன் மூலம் நடந்தவற்றை மறைமுகமாக வெளிப்படுத்தி, ஆதரவு பெற்று ஆறுதலடைய வாய்ப்புண்டு.

மேலும் ஒரு முழுமையான கதையை அல்லது ஒரு பகுதியைப் பிள்ளை தனியாகவோ குழுவாகவோ சொல்ல உதவலாம். கதையை ஒழுங்காகச் சொல்லமுடியாது கஷ்டப்படும் பிள்ளைக்கு ஊக்கம் கொடுத்து, கேள்விகள் கேட்டு உதவலாம். குறியீடுகளாக (மறைமுகமாக) வருபவையை ஊகித்து ஆசிரியர் அது தொடர்பான விபரங்களைக் கேட்கலாம். கதை சொல்லும் போது ஆதரவாகவும் கரிசனையுடனும் இருத்தல் மிகமிக முக்கியம். எல்லாப் பிள்ளைகளுக்கும் சந்தர்ப்பம் வழங்கப்பட வேண்டும். மௌனமாக விலகியிருக்கும், தயங்கும் பிள்ளைகளுடன் அது தொடர்பான முயற்சி எடுக்க வேண்டும். விளையாட்டு, ஊக்குவிப்பு, மேலதிகக் கேள்விகள் கேட்டல் போன்ற உத்திகளை உபயோகித்துப் படிப்படியாக அப்படியான பிள்ளைகளைக் கதைக்க வைக்கலாம்.

அந்தப் பிரதேசத்தில் நடந்தவற்றால் பொதுவாகப் பல மாணவர்களுக்கும் பாதிப்பு ஏற்பட்டிருப்பின் அந்தக் கருப்பொருளில் கதையைச் சொல்லலாம். உதாரணமாகப் பெற்றோர் ஒருவர் வன்செயல்களில் இறந்திருந்தால் குட்டி யானைக் கதையை உபயோகிக்கலாம். இவ்வாறு வேறு பாத்திரங்களுக்கு அதே பாதிப்பு ஏற்படும் கதையைக் கேட்கும் பொழுது, பிள்ளைகள் ஓரளவிற்கு தமக்கு ஏற்பட்டதை விளங்கி ஏற்றுக்கொள்ளக்கூடியதாக நாளடைவில் வரலாம். அங்கே உள்ள பாத்திரங்கள் மூலம் சாதகமான கையாள்கைகளைக் கற்றுக்கொள்ளலாம். கதையின் போது கேள்விகள் கேட்கச் சந்தர்ப்பம் அளித்து சந்தேகங்கள் மனச்சிக்கல்களில் இருந்து தெளிவுபெற உதவலாம். தேவை ஏற்படின் அந்தக் கதையை திரும்பத் திரும்பச் சொல்லலாம்.

> பெரியவர்கள் பிள்ளைகளுக்குக் கதைகளைக் கூறும்போது (புராண, இதிகாச, கற்பனைக் கதைகள்) நம்பமுடியாத அளவு கற்பனைகள் நிறைந்திருப்பது நல்லதல்ல. கதைகள் நம்பகத்தன்மையை வளர்ப்பதாக, பிள்ளையின் ஆளுமையைக் கட்டி எழுப்புவதாக, யதார்த்த உணர்வை ஏற்படுத்துவதாக அமைவது விரும்பத்தக்கது. மேலும் சில அதீத, பயங்கரமான தண்டனைகள் (கழுவில் ஏற்றுதல், நரகத்திற்குச் செல்லுதல், சாம்பலாகும்படி சாபமிடுதல்) சாபங்கள், வன்முறைகள் என்பவற்றைத் தவிர்ப்பது விசேடமானதாகும்.
>
> "குட்டியானைக்" கதையைப் பிள்ளைகளுக்கு அறிமுகம் செய்யலாம்.

9.4.2 சம்பவ விபரிப்பு முறை

இது பிள்ளைசார் சம்பவ விபரிப்பு ஆகும். பிள்ளை தான் சந்தித்த, அழுத்தம் நிறைந்த, உளப்பாதிப்பை ஏற்படுத்திய சம்பவத்தை தனது மொழியில் முழுமையாக விபரிக்க உதவுதல் ஆகும். இது ஒரு ஆழமான வெளிக்கொணரும் முறையாகும். இதனைச் செவிமடுக்கும் ஆசிரியர் பிள்ளையை அப்படியே ஏற்றுக்கொண்டு, அவ்வப்போது ஒத்துணர்வுப் பதில்களைக் கொடுத்தபடி உன்னிப்பாகக் கேட்க வேண்டும். தேவை ஏற்படும் போது ஊக்குவிப்பதற்காகச் சிறிய திறந்த வினாக்களைக் கேட்கலாம். ஆசிரியர்கள் பிள்ளையின் தனிப்பட்ட உலகத்தினுள் புகுந்து அதனைத் தனக்குப் பழக்கமானதாக ஆக்கிக் கொள்ளவேண்டும். பிள்ளை இவ்வாறு தனக்கு நடந்தனவற்றை ஆதரவான ஒருவரிடம் கூறுவதால் ஆறுதலைப் பெறமுடிகிறது. நடந்த சம்பவத்தின் விபரங்களைப் பெற்றோரின் உதவியுடன் கட்டி அமைக்கலாம். நிகழ்வின் பொழுது அனுபவித்த உணர்ச்சிகளையும், உணர்வுகளையும் வெளிக்கொணர ஆதரவுடன் உதவலாம். காலக்கிரமத்தில் நடந்த நெருக்கீட்டின் அவஸ்தைகளுக்கு முகம்கொடுத்து, பழகி, அதிலிருந்து விடுபடும் நிலைக்குக் பிள்ளையைக் கொண்டுவரலாம்.

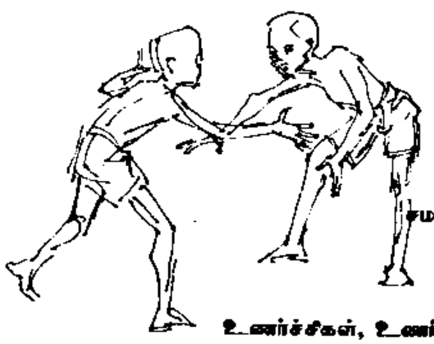
> *இம்முறையில் அவதானிக்க வேண்டியவைகள்.*
> - → பொருத்தமான இடம் அமைதல்.
> - → உன்னிப்பாகக் கேட்டல்.
> - → நம்பிக்கையைக் கட்டியெழுப்பும் நோக்குடன் செயற்படல்.
> - → சுயமாக இயங்க வைத்து தன்னிறைவை ஏற்படுத்தல்
> - → ஆதரவளித்து தொடர்ந்து உதவி செய்தல்
> - → சம்பத்தின் விபரங்களை மீட்டெடுக்க உதவுதல்

9.4.3 விளையாட்டு முறை

சிறுவர்கள் இயல்பாகவே விளையாட்டில் ஆர்வம் உடையவர்கள். பொதுவாக யாராவது ஒரு பிள்ளை விளையாட இஷ்டமில்லாமல் இருக்குமானால் அல்லது விளையாடப் பின்வாங்கினால் அதற்கு ஏதாவது ஒரு இடர்ப்பாடு காரணமாக இருக்கலாம். பாதிப்புக்குள்ளான பிள்ளை, தனக்குப் பாதிப்பை ஏற்படுத்திய நிகழ்வுகளைப் பிரதிநிதித்துவப்படுத்தவும், வெளிப்படுத்தவும் சில (ஒழுங்குபடுத்தப்பட்ட) விளையாட்டுகள் வழிவகுக்கின்றன. பொருள்களைக் கொண்டு செய்யப்படும் விளையாட்டுகளின் போது, விளையாட்டுப் பொருள்களைத் தெரிவுசெய்யும் முறையில் இருந்தும் பிள்ளையின் நாட்டம், தேவை, குழப்பம் என்பன வெளிப்பட வாய்ப்பு உண்டு. மற்றும் விளையாடப்படும் சந்தர்ப்பம், அங்கே பொம்மைகளுக்குக் கொடுக்கப்படும் பங்கு, அவர்களின் செயற்பாடு, விளையாட்டின் போக்கு, தொனிப்பொருள் போன்றவை நடந்தவற்றை நேரடியாகவோ, மறைமுகமாகவோ (குறியீடாக) பிரதிபலிப்பவையாக அமையலாம். தொடர்ந்து விளையாடுவதன் மூலம் பாதிக்கப்பட்ட பிள்ளை நடந்தவற்றை ஊடகப்படுத்தி, ஜீரணித்து, மேலாண்மை பெறக்கூடியதாக அமையும்.

இவற்றைவிட ஓடித்திரியும் செயற்பாடுகள் கொண்ட விளையாட்டுகள் மூலமும் பிள்ளைகள் தமது உணர்ச்சிகள், மற்றும் உள்ளடங்கிப் போயிருக்கும் சக்தி போன்றவற்றை வெளிப்படுத்தி இயல்பு நிலைக்குக் கொண்டு வரமுடியும். பொதுவாக விளையாடும் ஆர்வமும், ஒத்துழைப்பும், பங்குபற்றும் விருப்பும் பிள்ளைகளிடம் வளர்க்கப்படவேண்டியது அவசியம். தனி விளையாட்டுகள் மூலமும், குழு விளையாட்டுகள் மூலமும் இதனைச் செயற்படுத்தலாம். சில சிக்கலான விளையாட்டுகளில் ஆசிரியரும் பங்குபற்றி நடந்தவற்றை, நடப்பனவற்றை விபரிக்கக் கேட்கலாம். மேலும் அந்த விளையாட்டை ஒரு ஆரோக்கியமான நிலையில் திருப்பி, மேலாண்மை பெறவும், நல்ல முடிவிற்குக் கொண்டுவரவும் உதவலாம்.

விளையாட்டின் மூலம் கிடைக்கும் பொதுவான பண்புகள்



பொருத்தமான விளையாட்டுக்களைத் தெரிவுசெய்வதில் ஆசிரியர் தனது ஆக்கத்திறனைப் பயன்படுத்திக் கொள்ளலாம்.

ஒரு பிள்ளை தனது குடும்பத்திற்கு நடந்த சம்பவத்தை பொம்மைகள், வீடு, விமானம் போன்ற விளையாட்டுப் பொருள்களைக் கொண்டு விளையாட்டு மூலம் வெளிப்படுத்துவதை ஆசிரியர் அவதானிக்கிறார். பிள்ளையுடன் அருகிலிருந்து பேசி என்ன நடந்தது என்று கேட்கிறார். அந்த வேளையில் ஆகாய மூலமாக வந்த விமானம் வீட்டின் மேல் குண்டுகளை வீசுவதை அப்பிள்ளை செய்துகாட்டுகிறது. வீட்டில் உள்ளவர்கள் காயப்படுகிறார்கள். வீடு சேதமாக்கப்படுகிறது. பிள்ளை இனி என்ன செய்வது என்று தெரியாது தத்தளிக்கின்றது. அத்தருணத்தில் ஆசிரியர் விளையாட்டு அம்பியூலன்ஸ் வண்டி மூலம் காயப்பட்டவரை வைத்தியசாலைக்கு ஏற்றிச் செல்ல உதவலாம். சேதமான வீட்டைத் திருப்பிக் கட்டியெழுப்பும் பணியில் ஆசிரியர் உதவலாம்.

9.4.4 நடத்தைச் சிகிச்சைமுறை

விசேட மீட்டெடுப்பு (இயல்பாக்கல்) முறைகளில் ஒன்றான நடத்தைச் சிகிச்சை முறையானது இனங்காணப்பட்ட பிள்ளையிடம் உள்ள விரும்பத்தகாத நடத்தையை மாற்றி, நெறிப்படுத்தி, வழக்கத்திற்குக் கொண்டு வரப் பயன்படுத்தப்படுகிறது. கவனம் செலுத்துதல், தட்டிக் கொடுத்தல், பாராட்டுதல், பரிசுகள் கொடுத்தல் போன்ற உடன்பாடான வலுவூட்டல் செயற்பாடுகள் மூலம் பிள்ளையிடம் நல்ல நடத்தைகளை வளர்க்கலாம்.

அதேவேளை கண்டும் காணதிருத்தல், புறக்கணித்தல், பேசாது மௌன மாயிருத்தல், அலட்சியப்படுத்தல், விலகியிருத்தல் போன்ற செயற்பாடுகள் மூலம் விரும்பத்தகாத நடத்தையை மறைந்து போகச் செய்து கட்டுப்படுத்தலாம். ஆகவே ஒரு சிறுவனின் பிழையான நடத்தையைத் திருத்து வதற்குச் சரீர தண்டனை தேவைப்படாது. சிலவேளைகளில் சரீர தண்டனை நாம் எதிர்பார்ப்பதற்கு மாறாக, மாணவர்களில் நீண்டகால உளப்பாதிப்புகளை ஏற்படுத்துவது மட்டுமல்லாமல், பாடசாலை, கற்றல் போன்றவற்றில் வெறுப்பையும் ஏற்படுத்தலாம். இன்னும் சில மாணவர்களை எதிர்ப்புக் காட்டவும், மறைமுகமாக வன்செயல்களில் ஈடுபடவும் தூண்டலாம்.

9.4.5 சாந்த வழிமுறைகள்

எமது அன்றாட வாழ்வில் பல்வேறுபட்ட அழுத்தங்கள், நெருக்கீடுகளை நாம் எதிர்கொள்ளும் போது பல உடல் உள மாற்றங்கள் ஏற்பட வாய்ப்புண்டு. சிலவேளைகளில் இம்மாற்றங்கள் அளவிற்கு அதிகமாக எம்மை அழுத்துகின்ற போது எம்மால் தொடர்ந்து இயங்கமுடியாத நிலை ஏற்படும். இது சிறுவர்கள் மத்தியிலும் தாக்கத்தை ஏற்படுத்தி அவர்களிடம் இருந்து ஆரோக்கியமற்ற வெளிப்பாடுகளை உருவாக்கும். இதில் இருந்து பிள்ளையை வெளிக் கொணரு வதற்கு சுவாசப் பயிற்சி, சாந்தி ஆசனம், அக அமைதிப் பயிற்சி, தளர்வுப் பயிற்சி, தியானம், மந்திர உச்சாடனம் போன்ற பயிற்சிகளைப் பயன்படுத்தலாம். இவற்றின் மூலம் உடலும் மனதும் அமைதியடைய, பிள்ளை இயல்பு நிலைக்குத் திரும்பும். சில பரிச்சயமான யோகாசன முறைகளும் இதற்கு உபயோகிக்கப்படலாம். பொதுவாகச் சாந்த வழிமுறைகளைக் கையாளும் போது சில முக்கிய விடயங்களைக் கருத்திற் கொள்ள வேண்டும்.

ராஜி எட்டு வயதுச் சிறுமி. அவள் தற்போது தரம் 4இல் கல்வி கற்றுக் கொண்டிருக்கின்றாள். கடந்த ஒருவார காலமாக அவள் தனது வகுப்பிற்குள் நுழையாது வகுப்பறைக் கதவோரமாக இருந்து கொண்டே தனது கற்றல் செயற்பாடுகளை மேற்கொள்ளுகின்றாள். அவளது நடத்தையில் ஒருவித பயம், தயக்கம், பிறரை நம்பாத தன்மை என்பனவற்றை அவதானிக்கக்கூடியதாக இருந்தது. அவளது வகுப்பு ஆசிரியை ராஜியை அணுகி விசாரித்த போது அவள் ஒருநாள் வகுப்பறையில் தனியே இருந்து எழுதிக்கொண்டிருந்த போது மேல் வகுப்பு மாணவர்கள் இவளை உள்ளே விட்டுக் கதவை மூடித் தாளிட்டுச் சென்று விட்டார்கள். எழுதி முடித்து எழுந்து பார்த்த போது கதவு பூட்டியிருந்ததை அறிந்து ராஜி பலத்த சத்தமிட்டு அழுததாகவும் முடிவில் ஓர் ஆசிரியர் இதனைக் கேட்டு வந்து கதவைத் திறந்ததாகவும் அன்றில் இருந்து அவள் வகுப்பினுள் நுழையாது கதவில் சாய்ந்தபடி (பூட்டமுடியாது) அமர்ந்தே கல்வி கற்பதாகவும் கூறப்பட்டது. பிள்ளையின் நடத்தையை மெல்ல மெல்ல மாற்றி இயல்புக்குக் கொண்டுவரும் முயற்சியில் ஆசிரியர் ஈடுபட்டார்.

கதவின் உட்புறத்தில் ஆசிரியர் அமர்ந்தபடி பிள்ளையின் கொப்பியைப் பார்வையிட்டார். பிள்ளை உள்ளே மெல்ல எட்டிக் கொப்பியைக் காட்டியபோது ஆசிரியர் பாராட்டினார்.

ஆசிரியர் வகுப்பறையின் நடுப்பகுதியில் இருந்தபடி பிள்ளையை உள்ளே அழைத்துப் பாடங்களை விளக்கும் போது அவளைத் தட்டிக் கொடுத்து தனக்கருகே இருத்திக் கற்பித்தார்.

தொடர்ந்து சில நாள்கள் பிள்ளை வகுப்பறையின் நடுப்பகுதிக்குத் தயக்கமின்றி வந்து அமரத் தொடங்கினாள். ஆசிரியர் வகுப்பு முதல்வர் பொறுப்பை ராஜியிடம் ஒப்படைத்துக் கணிப்புக் கொடுத்தார்.

ஆசிரியர் தனது மேசை அருகே ராஜியை அழைத்துக் கொப்பிகளைப் பார்வையிட்டுப் பாராட்டினார்.

தொடர்ந்து சில பாடவேளைகள் இப்பயிற்சி நிகழ்ந்தது. முடிவில் பிள்ளைக்கு வகுப்பறைச் சூழல் நம்பத்தகுந்ததாக, உகந்ததாக மாறிவிட்டமையைக் காணக்கூடியதாக இருந்தது.

சாந்த வழிமுறையின் போது அவதானிக்கவேண்டியவை:

- அமைதியான, காற்றோட்டமும் வெளிச்சமும் உள்ள இடம் தெரிவு செய்யப்படல்.
- ஒவ்வொரு நாளும் ஒழுங்காக அரைமணி நேரம் செய்தல்.
- இறுக்கமற்ற தளர்வான பருத்தி உடைகளைப் பயிற்சிக்கேற்ற வகையில் அணிதல்.
- மெல்லிய, அமைதியான இசையின் பின்னணியில் பயிற்சியை நடத்துதல் விரும்பத்தக்கது.

9.4.5.1 சுவாசப் பயிற்சி

மனதில் அமைதி குலையும் போது சுவாசம் சீரற்றதாகவும், ஆழமற்றதாகவும், வேகமானதாகவும் காணப்படும். முதலில் சுவாசப் பயிற்சிக்கு ஏற்ற இடத்தைத் தெரிவு செய்து அதன் பின்பே பயிற்சியை ஆரம்பிக்க வேண்டும்.

9.4.5.2 படிப்படியான தசைத்தளர்வுப் பயிற்சி

பொதுவாகவே தளர்வு என்பது இறுக்கங்களில் இருந்து விடுபட்டு இலேசாகும் தன்மையாகும். மனதைத் தளரச் செய்யும்போது உடல் தானாகவே தளர

செயற்பாடு

பயிலுநர்களை வட்டமாக நிற்க வழிப்படுத்தவும். சீராக மூச்சை உள்ளிழுத்து வெளிவிடும்படி கூறவும்.

- கைகளைத் தளர்வாக வைத்தபடி மூச்சை நன்றாக உள்ளிழுத்துக் கொண்டு இடது தோளை உயர்த்தவும்.
- மூச்சை வெளியே விட்டபடி, உயர்த்திய தோளைப் பதிக்கவும்.
- நன்றாக மூச்சை உள்ளிழுத்தபடி வலது தோளை மேலே உயர்த்தவும்.
- மூச்சை வெளியே விட்டபடி உயர்த்திய தோளைப் பதிக்கவும்.

யோகாசனம், பிராணாயாமம் போன்ற முறைகள் கூட ஒருவரால் பயிற்றுவிக்கப்படலாம். (இதனைத் தொடர வழிப்படுத்தவும்)

ஆரம்பிக்கும். உடலைத் தளர்த்தும்போது மனம் இலேசாகிவிடும். இரண்டுமே ஒன்றின் தளர்வில் ஒன்று தங்கியிருப்பது போலவே மனம் இறுக்கம் கொண்டால் உடல் இறுக்கமடையும். உடல் இறுக்கமடைந்தால் மனம் இறுக்கமடையும். எனவே தளர்வுப் பயிற்சிகளை மேற்கொள்ளும் போது ஒன்றை ஒன்று சார்ந்திருக்கும் தன்மையைப் புரிந்துகொள்ள முடியும்.

செயற்பாடு

பயிலுநர் ஒருவரைத் தரையில் ஒரு விரிப்பினை விரித்து அதில் மல்லாக்கப் படுக்க வைக்கவும். முற்றாக உடலைத் தளர் நிலையில் வைத்திருக்கவும். கால்விரலில் ஆரம்பித்துப் படிப்படியாக ஒவ்வோர் அங்கங்களையும் தளர்வடையச் செய்யவும்.

- இப்போது எனது காலின் விரல்கள் தளர்வடைகின்றன....
- இப்போது எனது பாதம் தளர்வடைகின்றது... இவ்வாறு சொல்லிக் கொண்டு உடலங்கங்கள் அனைத்தையும் இறுக்கத்தில் இருந்து தளர்த்தவும். இப்பயிற்சியின் போது 'ஓம் சாந்தி' என்று கூறுவதும் பொருத்தமானது. முடிவில் முழு உடலையும் இவ்வாறு தளர்த்தியதும் இப்பயிற்சியை முடிக்கலாம். ஒவ்வோர் தடவையும் வாக்கியம் முடியும்போது 'ஓம் சாந்தி' என்று கூறுவதும் பொருத்தமானதாகும். இதே பயிற்சியினைக் கதிரையில் இருந்தபடியும் செய்ய வழிப்படுத்தலாம்.

மற்றொரு குழுவினருக்கும் சாந்தியாசனம் அல்லது சவாசனம் செய்ய வழிப்படுத்தவும்.

பிள்ளை பாதிப்படைந்திருக்கும் போது, அதன் தசைகள் இறுக்கமடைந்து முறுகிய நிலையில் இருக்கும். இந்நிலை தொடர்ந்தால் தலையிடி, கழுத்துநோ, களைப்பு போன்ற உடல் முறைப்பாடுகளும், பதற்றம், திடுக்கிடுதல், பயப்படுதல் போன்ற உளரீதியான அறிகுறிகளும் தோன்றும்.

9.4.5.3 அக அமைதிப் பயிற்சி

வன்முறை வெளிப்பாடுகள் கொண்ட பிள்ளைகளுக்கு மாத்திரமன்றி அனைவருக்குமே இப்பயிற்சி மிகுந்த பயனுடையதாகும். மனம் களைப்படையும் வேளைகளிலும், பல அழுத்தங்களுக்கு ஆளாகும் வேளைகளிலும் இப்பயிற்சி கஷ்டமாக இருக்கும். அதனைப் பற்றி அவர்களுடன் கதைத்து, நம்பிக்கையூட்டி, அவர்கள் விரும்பி அவர்களாகவே விழிகளை மூட வழிப்படுத்த வேண்டும். மேலும் "தியானம்" என்ற சொல் மலையடிவாரத்தில் முனிவர்கள் ஞானிகளால் மட்டும் செய்யப்படும் ஒரு ஆழமான செயற்பாடு என்று பயங்கொள்ள வேண்டியதில்லை.

செயற்பாடு

பயிலுநர்களை அவரவர்களின் இருக்கைகளில் நிமிர்ந்து தளர்வாக இலகுவாக இருக்க வைக்குக. பயிற்றுநர் அவர்களை வழிப்படுத்தவும்.

பயிற்றுநர் : உங்கள் எதிரே தரையில் தெரிகின்ற வெள்ளை வட்டத்தை நன்கு உற்றுப் பாருங்கள். வெற்றுத் தரையில் போடப்பட்டுள்ள இவ்வட்டமானது உங்கள் மனதில் ஆழப்பதிந்தபின் மெல்ல விழிகளை மூடிக்கொள்ளவும். நாம் இப்பொழுது இந்த மண்டபத்தில் சொகுசான இருக்கையில் அமர்ந்திருக்கின்றோம். வெளியே சூழலில் பறவைகளின் ஒலிகள்... தெருவில் செல்லும் வாகனத்தின் ஒலி... தொலைவில் எங்கோ ஓர் ஆலயமணி ஓசை கேட்கின்றது... நாம் இப்பொழுது எமது இருக்கையில் இருந்து பாரமற்ற ஒரு பஞ்சுப் பொதியாக மேலே மேலே சென்று கொண்டிருக்கிறோம். மெதுவாகப் பறப்பது போன்ற இலேசான உணர்வு எமக்குள்ளே ஏற்படுகின்றது. எமக்குக் கீழே கட்டடங்கள்... புற்தரைகள்... பிரதான தெரு... வாகனங்கள் என்பன நகர்ந்து கொண்டிருக்கின்றன. இப்போது உயர்ந்த மலையின் பசுமையான தரை ஒன்றில் அமர்ந்து கொள்கின்றோம். நாம் இப்போது எவ்வளவு மகிழ்வாக இருக்கின்றோம். ஓ... உலகம் முழுவதுமே எத்தனை அழகாகத் தெரிகிறது? இந்த அழகான உலகிலே நாம் எத்தனை மகிழ்வாக இருக்கின்றோம். எங்கு பார்த்தாலும் பசுமை... நீலவானம்... தவழும் முகிற் கூட்டங்கள்... நாமும் சந்தோஷமாயிருப்போம். பிறரையும் சந்தோஷமாக்குவோம். சூரியனின் கதிர்கள் மெல்ல மெல்லச் சூடேறுகின்றன. எமது கடமை எம்மை அழைக்கிறது. நாம் மீண்டும் எமது ஆரம்ப இடத்திற்குத் திரும்புவோம். மீண்டும் எமது இனிய பயணம் ஆரம்பமாகத் தொடங்குகின்றது. கடந்து சென்ற பாதைகளை மீண்டும் கடந்து வந்து எமது மண்டப வாயிலை அடைகிறோம். மனமெல்லாம் நிறைவோடு எமது இருக்கைகளில் அமர்கிறோம். மெதுவாக எமது விழிகளைத் திறந்து கொள்கின்றோம்.

ஒரு நிலைப்படுத்தப்பட்ட மனதில் நல்ல சிந்தனைகளைப் பதித்தலும், புதிய சிந்தனைகளை உருவாக்குதலும் சுலபம். எனவே தியானம் மன ஒருமைப்பாட்டிற்கும் உடலைத் தளரச் செய்வதற்கும் ஏற்ற ஒரு பயிற்சிமுறையாகும். சிறுவர்கள் மத்தியில் இது பற்றி ஒரு அறிமுகம் செய்து வைப்பது எதிர்காலத்தில் நன்மை பயக்கும்.

செயற்பாடு

- பயிலுநர்களை வட்டமாக இருத்தி, மத்தியில் ஒரு சிறிய தீபத்தை ஏற்றி வைத்து, அதனைத் தொடர்ந்து பார்க்கச் செய்யவும்.
- மனதில் நல்ல சிந்தனைகளை எண்ண வழிப்படுத்தவும்.
- சுவாசம் சீராக இருக்கக் கவனிக்கவும்.
- மெல்ல விழிகளை மூடவும். மனதிற்குள்ளாக மந்திர உச்சாடனம் ஏதாவது செய்ய நெறிப்படுத்தவும்.
- இதனை ஐந்து நிமிடம் தொடரவும்.
- மெல்ல மெல்ல ஒரு வாரத்தின் பின் நேர அளவைக் கூட்டலாம்.

9.4.6.4 உளவளத்துணை

சற்றுக் கடுமையான பாதிப்புக்குள்ளான பிள்ளைகளுக்கு உளவளத்துணை ஆசிரியர் ஒருவர் மூலம் உதவி வழங்கமுடியும். எனினும் ஆரம்பக் கல்வி வகுப்புக்களில் கல்வி கற்பிக்கும் ஆசிரியர்களும் உளவளத்துணை தொடர்பான அடிப்படை அறிவையும் திறன்களையும் பெற்றிருப்பது விரும்பத்தக்கது. பிள்ளையைப் பிரச்சினைகளின் அழுத்தத்தில் இருந்து மீட்டெடுக்கும் போது பிள்ளையை அவதானமாகக் கையாள வேண்டும். ஆசிரிய மாணவ உறவை நம்பிக்கையுடன் கட்டியெழுப்பி, அந்த அடித்தளத்தில் இருந்து பிள்ளையை அவதானித்து, அதனை இயல்பு நிலைக்குக் கொண்டு வருவதில் இம்முறை மிகுந்த பயனுள்ளதாக அமைகிறது. இக்கையேட்டின் எட்டாவது அத்தியாயத்தில் உளவளத்துணை தொடர்பாக விசேட விளக்கங்கள் தரப்பட்டுள்ளன.

அமைதி நிலையைத் தோற்றுவிக்கும் எண்ணங்களால் பிரயாணம் செய்ய அழைத்துச் செல்லுதல் இப்பயிற்சியின் அடிப்படையான செயற்பாடாகும்.

மேற்படி செயற்பாட்டினை வகுப்பறையில் மேற்கொள்வதன் மூலம் மன அழுத்தங்களில் இருந்து விடுபட்டு விடுதலையான ஒரு உணர்வினை மாணவர்களும் பெற்றுக்கொள்ள முடியும். இதன் மூலம் மன அமைதியும், தொடர்ந்து வரும் செயற்பாடுகளைப் புத்துணர்வுடன் தொடரவேண்டிய வலுவும் பிள்ளைக்கு ஏற்பட, ஏற்படுத்த முடியும். இதைப் போன்று வேறு அழகிய இடங்களுக்கு மனதால் அழைத்துச் செல்வதன் மூலமும் பிள்ளையின் மன அழுத்தங்களை அகற்றலாம்.

9.4.5.5 மந்திர உச்சாடனம், ஜெபம் சொல்லுதல்

சாந்த வழிமுறையில் இதுவும் ஒன்றாகும். ஒரு அர்த்தமுள்ள சொல்லை அல்லது சிறிய சொற்றொடரை ஒரு அமைதியான இடத்தில் சுகமாக, இலேசாக இருந்தபடி திரும்பத் திரும்பச் சொல்லும்போது மனதில் அமைதி ஏற்படும். இது எந்த மதத்தின் வாக்கியமாகவோ கடவுளின் பெயராகவோ அல்லது பொதுவாக "ஓம் சாந்தி" என்பதாகவோ இருக்கலாம். கிறிஸ்தவர்கள் "யேசு கிறிஸ்துவே எமக்கு இரங்கும்" என்றும், இஸ்லாமியர் "சுபனல்லா" என்றும் திரும்பத் திரும்ப சொல்லலாம். முதலில் சில காலத்திற்கு ஓசை வரும்படியும் பின்பு தனக்குத் தானே சொல்வதாகவும் அமையலாம். பின்பு பேசும்போது பயன்படுத்தும் தசைகளை ஓசையின்றிப் பாவிக்கலாம். முடிவில் மனதால் மட்டும் நினைப்பதை வழக்கிற்குக் கொண்டுவரவேண்டும். வகுப்பறையிலோ, பாடசாலை மட்டத்திலோ ஒவ்வோர் நாளும் குறித்த சில நிமிடங்கள் மந்திர உச்சாடனத்துடன் சாந்த வழிமுறைகளுக்கு ஒதுக்கலாம். சிறுவர்களைப் பொறுத்தவரையில் அவர்களை அமைதிப்படுத்துவதற்கு இம்முறை மிகுந்த பொருத்தப்பாடுடையதாகும்.

9.4.5.6 தியானம்

மனதை ஒருநிலைப்படுத்தல் மூலம் முக்கியமாகக் கல்வியில் கற்றல் செயற்பாடுகளை எளிதாக்கிக் கொள்ளவும், நினைவாற்றலை அதிகரிக்கவும், உடலை ஆரோக்கியமாக வைத்திருக்கவும் முடியும். பொருத்தமான இடத்தைத் தேர்ந்தெடுத்து உடலை நேராக (முதுகெலும்பு நேராகவும் தலை நிமிர்ந்தும்) வைத்திருப்பது அவசியம். உன்னதமான ஒன்றைத் தேர்ந்தெடுத்து அதனை மனதில் நினைத்துக் கொண்டு தியானம் செய்யலாம். இம்முறையிலும் ஒரு சொல்லைப் பயன்படுத்தலாம். ஒரு ஒளியை முன்னே வைத்து அதைத் தொடர்ந்து பார்த்து அதனையே மனதிற்குள் உள்வாங்கிக் கொண்டு தியானம் செய்யலாம். அல்லது சுவாசம் உட்செல்வதையும் வெளிச் செல்வதையும் நன்கு அவதானித்துத் தியானிக்கலாம். மனம் வேறு விடயங்களுக்குப் போனால் திரும்பவும் தேர்ந்தெடுத்த பொருளுக்குக் கொண்டுவந்து தியானிக்க முயற்சிக்கவும்.

9.5 முடிவுரை

பாதிப்புக்குள்ளான பிள்ளைகளைப் பாதிப்பில் இருந்து மீட்டு இயல்பான நிலைக்குக் கொண்டு வரும் முறைகள் பற்றி இவ்வலகில் பார்த்தோம். இலகுவான, விசேட முறைகள் பற்றியும், அவற்றில் உள்ளடக்கப்பட்டிருக்கும் முறைகள், செயற்பாடுகள் பற்றியும் விளக்கப்பட்டிருக்கிறது.

சிலமுறைகளைப் பிள்ளையின் உளமுதிர்விற்கு ஏற்ப சந்தர்ப்பம், பிரச்சினை, சூழல் போன்றவற்றிக்கு அமைய மாற்றி இலகுபடுத்திக் கொள்ளலாம். மேலும் சில முறைகள் ஆசிரியரின் அறிவிற்காகவும், பரிச்சயத்திற்காகவும் இணைக்கப்பட்டுள்ளன. ஆசிரியர் தனது பாடசாலையில் வளர்ந்த மாணவர்களின் பிரச்சினைகளுக்குத் தீர்வுகாணும் வேளைகளிலும் இவை பயன்படலாம்.

PDF Reducer Demo

புகைப்படங்கள், கவிதைகள் – அமுதமொழியன்.

சண்டையாம் சண்டையாம்
சமூகத்தில் உள்ள சண்டையாம்
PDF Reducer Demo
அன்பை வெறுக்க சண்டையாம்
ஆதரவை கழிக்க சண்டையாம்.

ஊரைக் கொல்லும் சண்டையாம்
உறவை அழிக்கும் சண்டையாம்
தாய் தந்தையை இழந்தாராம்
வறுமையுடன் வாழ்ந்தாராம்.

சமாதானமாம் சமாதானமாம்
சண்டையை வெறுக்கும் சமாதானமாம்
வாழ்வில் சந்தோஷம் தந்திடுமாம்
மனதில் மகிழ்ச்சியை வளர்த்திடுமாம்.

உண்மையை வளர்க்கும் சமாதானமாம்
ஊரைக் கூட்டும் சமாதானமாம்
உயிரில் உள்ள சமாதானமாம்
உயர்வில் உள்ள சமாதானமாம்.

நன்றி
("என் இதயத்தின் அழுகை" - ZOA வெளியீடு)

தமிழ் - ஆங்கிலச் சொற்றொகுதி

அக அமைதி - Inner Peace
அகவயக் காரணி - Internal Factor
அகக்காட்சி - Inner vision
அடக்குமுறை - Oppression
அணுகுமுறை - Approach
அதி ஒத்துணர்வு - Advanced empathy
அதிகாரம் - Authority
அதீத செயற்பாட்டு நிலை - Hyperactivity
அந்தரங்க உலகு - Inner world
அபிவிருத்தி - Development
அமர்வு - Session
அரவணைப்பு - Support
அவதானிப்பு - Observation
அழுத்தம் - Stress/ Tension
அறிகுறிகள் - Symptoms
அறிவு - Knowledge
அறிவுறுத்தல்கள் - Instructions
அறிகை - Cognitive
அறிவாற்றல் - Cognition
அனர்த்தங்கள் - Disaster
ஆக்கத்திறன் - Creative
ஆக்கலியற் செயற்பாடுகள் - Creative Activities
ஆக்ரோஷம் - Aggressive
ஆத்மா - Soul
ஆதரவு - Support
ஆர்வம் - Interest
ஆராய்வூக்கம் - Curiosity
ஆரோக்கியம் - Health
ஆளுமை - Personality
ஆற்றல்கள் - Ability

ஆன்மீக ஈடுபாடு - Spiritual Motivation
இடம்பெயர்வு - Displacement
இடைநிறுத்தல் - Interrupt
இணக்கம் - Agreement
இயல்பு வாழ்க்கை - Normal Life
இயல்பாக்கல் முறைகள் - Therapeutic Methods
இயக்கம் - Dynamics
இயல்புக்கு மாறான நடத்தை - Conduct disorder
இயல்பாக்கம் - Adaptive
இரத்த உறவுகள் - Kinship
இலக்கு - Aim
இலக்கு நிர்ணயம் செய்தல் - Goal setting
இலட்சிய உலகம் - Ideal world
இழப்பு - Grief
இழவிரக்கம் - Grief, Bereavement
இன்னல் - Difficulty
இனங்காணுதல் - Identify
உடல் விளைவு - Physical Effect
உடலியக்கத்திறன் - Motor Skill
உடனிருத்தல் - Attending
உடல்மொழி - Body Language
உணர்ச்சி வெளிப்பாடு - Emotional Expression
உணர்வுபூர்வமான - Emotion
உந்தல் - Drive
உயிரியற்சூழல் - Biological Environment
உயிரியற் சூழற் காரணிகள் - Biological Environmental Factors
உலகமயமாதல் - Globalization
உள்வாங்குதல் - Internalize
உளநலம் - Mental Health/ Wellbeing
உளவிருத்தி நிலைகள் - Developmental Stages
உள ஆற்றல் - Mental Ability
உள வயது - Mental Age

உளச்சூழல்	-	Mental Environment
உளவளத்துணை அறை	-	Counselling room
உளச்சக்தி	-	Mental energy
உளவளத்துணை	-	Counselling
உளசமூக பிரச்சனைகள்	-	Psychosocial problems
உற்சாகம்	-	Enthusiasm
உற்றுக்கேட்டல்	-	Active Listening
உறுதியான	-	Firm
உன்னதம்	-	Altruistic
ஊக்கல்	-	Motivation
எண்ணக்கரு	-	Concept
எதிர்கொள்ளல்	-	Challenging, Face
எல்லைகள்	-	Limits
ஒத்துணர்வு	-	Empathy
ஒதுங்குதல்	-	Withdrawal
ஒழுக்கம்	-	Behaviour
ஒளிக்கதிர்	-	Rays of light
ஒற்றுமை	-	Unity
கசப்பான அனுபவங்கள்	-	Bad Experience
கட்டமைப்பு	-	Structure
கண்ணிவெடி	-	Land mine
கதை கூறுதல்	-	Story Telling
கருத்தேற்றம்	-	Suggestion
கல்விச் சூழல்	-	Educational Environment
கவன ஈர்ப்பு	-	Attention Seeking
கவன வீச்சு	-	Range of Attention
கற்றல்	-	Learning
கற்றல் அடைவு	-	Learning Performance
கற்றல் செயற்பாடுகள்	-	Learning Process
கற்றல் இடர்ப்பாடுகள்	-	Difficulties in Learning
கற்றலுக்கான களம்	-	Situation for Learning
கற்றல் நிபந்தனை	-	Learning Condition

கற்றல் வகைகள்	-	Learning Methods
கற்றல் வெளிப்பாடு	-	Learning Outcome
கற்பித்தல் உபகரணம்	-	Teaching aid
கற்பனை	-	Fantasy, Imagination
கால வயது	-	Chronological Age
கிரியை/ சடங்கு	-	Rituals
குடும்ப ஆதரவு	-	Family Support
குடும்பச் சமநிலை	-	Family Balance
குடும்ப உளவளத்துணை	-	Family therapy
குவியம்	-	Focus
குவியப்படுத்தல்	-	Focusing
குழு	-	Group
குறியீடுகள்	-	Signs
குறுங்கால ஞாபகம்	-	Short term memory
கூட்டுக் குடும்பம்	-	Extended Family
கைத்திறன்	-	Handwork skill
கையாளுதல்	-	Cope/ Manage
கெடுதல்	-	Deteriorate
கொன்னை தட்டுதல்	-	Stammer
கோபம்	-	Anger
சகபாடிக் குழுக்கள்	-	Peer Group
சம்பவ விபரிப்பு முகம்கொடுத்தல்	-	Narrative Exposure Therapy
சமத்துவம்	-	Equality
சமூக விளைவு	-	Social Effect
சமூக இயைபாக்கம்	-	Social Adaptation
சமூக மயமாக்கல்	-	Socialization
சமூகச்சூழல்	-	Social Environment
சமூக மாற்றம்	-	Social Changes
சமூகத்திறன்	-	Social Skill
சமூக நியமம்	-	Social norm
சமூக விரோதச் செயற்பாடு	-	Anti Social Activity
சமூக வளங்கள்	-	Community resources

சமூக அணுகுமுறை	-	Community approach
சிந்தனை	-	Thought
சிறுவர் காப்பகங்கள்	-	Orphanage
சுகாதாரப் பழக்கவழக்கம்	-	Health Habit
சுகாதாரச்சீர்கேடு	-	Health Deterioration
சுதந்திரம்	-	Independence
சுபாவம்	-	Character
சுயமதிப்பீடு	-	Self evaluation
சுயகட்டுப்பாடு	-	Self Control
சூழற்காரணிகள்	-	Environmental Factors
செம்மைப்படுத்தல்	-	Enrichment
செயற்பாடு	-	Action/ Function
செல்வாக்கு	-	Influence
செவி மடுத்தல்	-	Listening
சோதனை அழுத்தம்	-	Exam tension
சேமித்தல்	-	Storage
ஞாபகம்	-	Memory
தகவல்	-	Data, Information
தங்கி வாழும்	-	Dependence
தசைத் தளர்வு	-	Muscular Relaxation
தண்டனை	-	Punishment
தலைமைத்துவம்	-	Leadership
தளர்வுப் பயிற்சி	-	Relaxation Exercise
தளர்வாக இருத்தல்	-	Relaxed
தற்கொலை	-	Suicide
தன்னம்பிக்கை	-	Self Confidence
தனி கருக்குடும்பம்	-	Nuclear Family
தனித்துவம்	-	Unique/ Individuality
தாழ்வு மனப்பான்மை	-	Inferiority Complex
திட்டமிடுதல்	-	Planning
திணிப்பு	-	Impose
திருப்தி	-	Satisfaction

திறன்கள்	-	Skills
திறந்த வினாக்கள்	-	Open questions
தீர்ப்பிடுதல்	-	Judgment
துக்கம்	-	Grief, Sadness
துருவி ஆராய்தல்	-	Exploration
துலங்கல்	-	Response
துலக்கமான எல்லை	-	Clear Limit
துஷ்பிரயோகம்	-	Abuse
தூண்டிகள்	-	Stimulus
தேவைகள்	-	Needs
தொடர்பாடல், உறவு	-	Communication, Relationship
நடத்தை	-	Behaviour
நடத்தைக் கோலங்கள்	-	Behaviorial Patterns
நடத்தைச் சிகிச்சை	-	Behaviour Therapy
நடத்தை மாற்றம்	-	Behavioral change
நடவடிக்கைகளைத் துரிதப்படுத்தல்	-	Facilitating Action
நடிபாகம்	-	Role play
நம்பிக்கை	-	Belief
நலம்	-	Well-being, Health
நவீனமயமாக்கல்	-	Modernization
நீண்டகால ஞாபகம்	-	Long term memory
நுண்ணறிவு	-	Intelligence
நுண்கலைகள்	-	Fine Arts
நுண்திறன்கள்	-	Micro skills
நெருக்கடி	-	Crisis
நெருக்கீடுக்குப் பிற்பட்ட மனவடு நோய்	-	Post Traumatic Stress Disorder
நேராக	-	Positive
பகுதியாகக் கேட்டல்	-	Partial listening
படம் வரைதல்	-	Drawing
படுக்கையை நனைத்தல்	-	Nocturnal euneresis
படைப்பாக்க செயற்பாடுகள்	-	Creative Activities
பண்பு	-	Quality

பண்பாடு	-	Culture
பதற்றம்	-	Anxiety
பதகளிப்பு	-	Anxiety
பயம், அச்சம்	-	Fear, Phobia
பயிலுநர்	-	Trainee
பயிற்றுநர்	-	Trainer
பரம்பரை	-	Hereditary
பரம்பரைக் காரணி	-	Hereditary Factor, Genetic Factor
பரிமாணம்	-	Dimension
பல்வேறு பாதைகளைத் தேடல்	-	Exploring options
பழக்கவழக்கம்	-	Habit
பாடசாலைக்குச் செல்ல மறுத்தல்	-	School refusal
பாதுகாப்பின்மை	-	Insecurity
பாதுகாப்பு	-	Security
பார்வை மாற்றம் செய்தல்	-	Reframing
பாராட்டு	-	Appreciation/ Praise
பாவனை செய்தல்	-	Imitation
பிம்பம்	-	Image
பிரச்சினை	-	Problem
பிரச்சினை தீர்த்தல்	-	Problem Solving
பிரதிபலிப்புகள்	-	Manifestation
பிரிவுப் பதகளிப்பு	-	Separation Anxiety
பிள்ளைமையக்கல்வி	-	Child Centered Education
புலக்காட்சி	-	Perception
புலன்கள்	-	Senses
புலனுணர்ச்சி	-	Sensation
புறவயக் காரணி	-	External Factor
புனர்நிர்மாணம்	-	Rehabilitation, Reconstruction
புனர்வாழ்வு	-	Rehabilitation
பேச்சில் சிரமம்	-	Speech difficulties
பொதுமைப்படுத்தல்	-	Generalization
பொருத்தப்பாடற்ற நடத்தை	-	Undesirable behaviour

போசாக்கு	-	Nutrition
போசாக்கின்மை	-	Malnutrition
பௌதீகச் சூழல்	-	Physical Environment
பௌதீக சூழற்காரணிகள்	-	Physical Environmental Factors
மகிழ்ச்சி	-	Joyful
மழுங்கிய எல்லை	-	Vague Limit
மறதி	-	Forget
மறையான எண்ணங்கள்	-	Negative Thoughts
மறைமுகமாக	-	Negative
மனநிலை	-	Mental state, Mood
மனப்பாங்கு	-	Attitude
மனதை ஒருமுகப்படுத்தல்	-	Concentration
மனச்சோர்வு	-	Depression
மனவடு	-	Trauma
மாதிரி	-	Model
மாற்றுத் தாய்	-	Step Mother
மாற்றுத் தந்தை	-	Step Farther
மிதமான	-	Minor
மீத்திறன் பிள்ளை	-	Gifted child
மீள் அனுபவம்	-	Experience
மீள நினைவுபடுத்தல்	-	Remind
முரண்பாடு	-	Conflict
முரண்பாடு தீர்த்தல்	-	Conflict resolution
முறைப்பாடு	-	Complaint
முன்மாதிரிகள்	-	Role Models
மூடிய வினாக்கள்	-	Closed questions
மூர்க்க சுபாவம்	-	Aggressive Character
மூளையவரைக் கோளம்	-	Cerebral hemisphere
மெய்ப்பாடு	-	Somatization
மொழித்திறன்	-	Language skill
வடிகட்டிச் செவிமடுத்தல்	-	Attentive listening /Filtered listening
வரையறுக்கப்பட்ட எல்லை	-	Fixed Limit

வன்மமடைதல்	-	Brutalization
வாழ்வின் அர்த்தம்	-	Meaning in life
விசேட தேவை உள்ள பிள்ளை	-	Child with special needs
விரக்தி	-	Frustration
விருத்தி/ மேம்பாடு	-	Development
விவேகம்	-	Intelligence
விவேகக் குறைபாடு	-	Mental Retardation/ Handicap
விழிப்புணர்ச்சி	-	Awareness
விழுமியம்	-	Value
வினைத்திறன்	-	Efficiency
விஷவட்டம்	-	Vicious Circle
வெளிச்சூழல்	-	External Environment
வெளிப்பாட்டு முறை	-	Expressive/ emotive method
வெளிப்படுத்தல்	-	Ventilate, Express

இடர்பாடுகளுக்குள் கற்றல்.......

தனது குடும்பத்திற்குப் பிறகு ஆரம்ப பாடசாலையே ஒரு பிள்ளையின் உலகத்தில் முக்கிய இடம். பாடசாலைச்சூழல் பிள்ளையின் தற்போதைய நிலை மட்டுமல்லாமல் எதிர்காலத்தையும் நிர்ணயிக்கும் சமூக நிறுவனம். அங்கு பிள்ளைகளுக்குக் PDF Reducer Demo லையைப் பேணி வளர்த்து, எதிர்காலப் பிரஜைகளை உருவாக்கும் உன்னதமான பணிபுரியும் ஆசிரியர்கள் மகத்தான பொறுப்பைக் கொண்டுள்ளனர். ஒரு மாணவனின் கற்றல் திறனையும், ஆர்வத்தையும், ஆற்றலையும் அந்த மாணவனின் மனநிலை தீர்மானிக் கின்றது. ஆகவே தமது மாணவரின் உளநலத்தைப் பற்றி அறிந்திருத்தல் அவசியம். ஒரு சிறுவனின் உளநலமென்றால் என்ன? அதை எவ்வாறு கண்டுகொள்வது? உளசமூக ஆரோக்கியத்தைக் கற்பித்தலோடு எவ்வாறு மேம்படுத்துவது? உளநலப் பாதிப்புகளை எவ்வாறு இனங்கண்டு உதவுவது? இவையெல்லாம் எல்லா ஆசிரியரும் தெரிந்திருக்கவேண்டிய விடயங்கள். இந்த அடிப்படை அறிவையும் ஆற்றலையும் கொடுப்பது இக்கைந்நூலின் நோக்கம். ஆரம்ப பாடசாலை ஆசிரியருக்கான உளசமூக பயிற்சிக் கைந்நூலாக அனுபவமுள்ள வள ஆசிரியர்களால் தயாரிக்கப்பட்டிருந்தாலும், ஆசிரியர்கள், பெற்றோர், சிறுவர்களுடன் கடமையாற்றும் தொண்டர்கள், மற்றும் சமூக சேவையாளர்கள் இந்நூலால் பயன் பெறலாம்.

இவ்வாறான உளநலத்தைப் பேணும் தேவை சாதாரண காலங்களிலும் இருக்கின்றது. ஆயினும் அண் மைக்காலமாக நடந்த போரின் பேரழிவுகளும் அனர்த்தங்களும் பரவலாக சிறாரையும் உளரீதியாகவும் பாதித் துள்ளதை இப்பிரதேசத்தில் மேற்கொள்ளப்பட்ட ஆய்வுகள் நிரூபித்துள்ளன. இச்சிறுவர்களின் உள நன் நிலையைச் சீராக்குவதற்கு ஆசிரிய குழாம் பொருத்தமான இடத்தில் உள்ளது. சீரழிந்து போயிருக்கும் தமிழ் சமூகத்தைத் திரும்பவும் கட்டியெழுப்பி நல்ல எதிர்காலத்தை உருவாக்குவது இச்சிறார்களில் தங்கியிருக் கிறது. ஆசிரியர்கள் இந்த முக்கிய பணியைச் செய்ய வேண்டிய கட்டாய தேவை ஏற்பட்டிருக்கிறது. இந்த அத்தியாவசிய சேவையை மேற்கொள்வதற்கு இக்கைந்நூல் உதவும்.

gtz

Printed by : [illegible] PRINTERS, Col - 13. Tel : [illegible]

ISBN 92 95012 - 03 - 8