7. வளரிளம்பருவ வளர்ச்சியைப் புரிந்துகொள்ளுதல்

7.1. மனித வளர்ச்சியின் நிகழ்முறை

7.1.1. வளர்ச்சி என்பது தொடர்ச்சியான ஒரு நிகழ்முறை.

கருக்கொண்ட கணத்திலிருந்து மரணமடையும் கணம் வரையிலுமாகத் தொடர்ச்சியாகத் தனிநபரின் வாழ்க்கை முழுவதிலும் நிகழ்கிற மாற்றங்களின் தொடர்நிகழ்வுகளையே மனித வளர்ச்சி குறிப்பிடுகிறது. முதிர்ச்சி என்னும் கருத்துப்படிமம் உயிரியல் வளர்ச்சியோடு பின்னிப் பிணைந்ததே. முதிர்ச்சி என்பது பிறக்கும்போதே இருக்கிற ஒரு உயிரியல் பண்புக்கூறு - 'முதிர்ச்சி நிலைக்கு வருதல்` அல்லது `முழுச் செயலாற்றலுக்கு வளருதல்` ஆகும். வளரிளம்பருவத்தின்போது இனப்பெருக்கத்திறன் வளர்ச்சியடைவது உயிரியல் முதிர்ச்சிக்கு ஒரு எடுத்துக்காட்டாகிறது.

மனித வளர்ச்சி வெறுமனே உயிரியல் முதிர்ச்சியடைவதற்கு அப்பாலும் நீள்கிறது. வளர்ச்சியின் முழுமைநிலை என்பது உயர் அளவிலான செயல்பாட்டுநிலைக்கு இட்டுச் செல்கிற முன்னேற்றகரமான மாற்றங்கள் என்பதோடு உடலியல், உணர்வெழுச்சி, அறிதிறன் மற்றும் சமூக நிலைமைகளுக்கான முழுமையான தகுநிலை ஆற்றல்களைப் பெறுவதென்றும் பொருள்படும்.

7.1.2. மனித வளர்ச்சி, படிநிலை மற்றும் மாறுநிலைக்கட்டங்களாக நிகழ்கிறது.

வளர்ச்சிப்பருவங்கள் என்றழைக்கப்படுகிற மிகத் தெளிவாக வரையறுக்கவியலுகிற படிநிலை மற்றும் மாறுநிலைக்கட்டங்களிலேயே மனித வளர்ச்சி முன்னேறுகிறது. ஒவ்வொரு வளர்ச்சிப் பருவமும் குறிப்பிட்ட சில வளர்ச்சிப்பணி நிலைகளைக் கொண்டதாக இருக்கிறது. பணித்தொகுதிகள் ஒவ்வொன்றிலும் தேர்ச்சித்திறம் பெற்றிருப்பது அடுத்த நிலையில் வெற்றி பெறுவதற்கு மிகவும் அத்தியாவசியமானதெனக் கருதப்படுகிறது.
வளர்ச்சிப்பருவ பணிகளுக்குச் சில எடுத்துக்காட்டுகள்:

- தொடக்கநிலைக் குழந்தைமை: தாயிடமிருந்து பிரிதல்
- நடுநிலைக் குழந்தைமை: வாசிப்பு மற்றும் எழுதும் திறன்கள்
- வளரிளம்பருவம்: தனித்த அடையாளம் உருவாதல்,

• தொடக்கநிலை வயது முதிர்பருவம்:	வாழ்வாதாரப்பணித்தேர்வு, திருமணம், வாழ்வாதாரப்பணிநுழைவு
• நடுநிலை வயது முதிர்பருவம்:	குழந்தை வளர்ப்பு மற்றும் பேணல், வாழ்வாதாரப்பணி வளர்ச்சியில் உயர்நிலைகள்
• பிற்கால வயது முதிர்பருவம்:	வாழ்வாதாரப்பணியில் உச்சநிலை, பணி ஓய்வுநிலைக்குப் பொருந்திப்போதல்

ஒவ்வொரு வளர்ச்சிக் கட்டமும் ஏதேனும் ஒரு நெருக்கடியாகவே பரிணமிக்கிறது; அந்த நெருக்கடிக்கு வெற்றிகரமான தீர்வு காண்பதே அடுத்த வளர்ச்சிக் கட்டத்துக்குள் நுழையும் பாதையை ஏற்படுத்துகிறது.

7.2. வளரிளம் பருவம்

7.2.1. இரண்டாவது பதின்ம ஆண்டுகள்

வாழ்க்கையின் இரண்டாவது பதின்ம ஆண்டுகளில் நிகழுகின்ற ஒரு வளர்ச்சிக் கட்டமே வளரிளம்பருவம். இனிமேலும் குழந்தை எனக் கருதவியலாது, ஆனால் இன்னும் ஒரு வயதுவந்த மனிதராகாத நிலையில் வளரிளம்பருவம், குழந்தைமைக்கும் வயதுவந்த நிலைக்கும் இடைப்பட்ட பருவத்தில் ஊசலாடுவதாக அமைகிறது. சிலநேரங்களில் அவர்கள் குழந்தைகளாக நடந்துகொள்வதையும், வேறுசில நேரங்களில் அவர்களிடம், வயது வந்தவர்களாக மாறும்போது எத்தகையவர்களாக விளங்குவார்களென்பதைக் காட்டும் மின்னல் கீற்றுகளையும் காண்கிறோம். முதிர்நிலை வளர, வளரக் குழந்தைமைச் செயல்கள் மீதான ஒட்டுறவு குறைவதையும், வயதுவந்தமைக்கான அதிக அடையாளங்களையும் காண்கிறோம்.

7.2.2. பருவமடைதலென்னும் நெருப்புக்காலம்

வளரிளம்பருவத்தின் வயது எல்லை துல்லியமாக இல்லையெனினும் 13 வயதுக்குக் கூட அல்லது குறைவாகத் தொடங்கி, 20 வயதளவில் முடிவடைகிறது.

பருவமெய்தல் நிகழ்வு வளரிளம்பருவத் தொடக்கத்தை அடையாளம் காட்டுகிறது. நாளமில்லாச் சுரப்பிகள் மற்றும் உயிரி வேதியியல் செயல்கள் வளரிளம் பருவத்தில் மிகப்பெரும் உடலியல் மாற்றங்களைத் தூண்டுகின்றன. பருவமடைதலின் தொடக்க விளைவுகளில் ஒன்று சிறுமியரின் பூப்படைதல் (மாதவிடாய்ச் சுழற்சியின் முதல் நிகழ்வு) மற்றும் சிறுவர்களில் தூக்கத்தில் விந்து வெளியாதல் (பாலுறவுக் கனவுகள்). இது தனிநபரின் பாலியல் மற்றும் இனப்பெருக்க அமைப்பு முறையின் முதிர்வை இனம் காட்டுகிறது.

7.2.3. உடல் வளர்ச்சி

வளரிளம் பருவத்தின் போது உடலளவில் முக்கியமான மாறுதல்கள் ஏற்படுகின்றன. உடலுறுப்புகளுக்கிடையேயான அளவு விகிதம் நாடகவியப்புக்குரிய மாற்றத்துக்குள்ளாகிறது. உடல் உருவம் மாற்றமடைகிறது, (எ,கா. சிறுவர்களுக்கு மார்பு மற்றும் பெண்களுக்கு இடுப்பு விரிவடைகிறது.) உடலின் உயரம் 4 முதல் 5 அங்குலங்களும், எடை 10 முதல் 30 பவுண்டுகளும் அதிகரிப்பதாகக் குறித்துள்ளனர்.

வளர்ச்சி விகிதம் மாறுபடுமென்பதைக் கவனத்தில்கொள்ளவேண்டும். ஒரே வயதுடையவர்களாயினும் அளவு, உருவம் மற்றும் விகித அளவில் மாறுபட்ட நிலைகளை தனிநபர்கள் வெளிப்படுத்தலாம்.

7.2.4. பாலியல் பண்புகள்

பிறப்பு முதலே இருந்துவந்த முதன்மைப் பாலுறுப்புகள் பெரிதாக வளர்ச்சியடைந்து வளரிளம் பருவத்தின்போது இயக்கத்திற்குத் தயாராகலாம். சிறுவர்களுக்கு விதைப்பைகளும், சிறுமியர்க்கு கருப்பைகளும் செயல்படத்தொடங்குகின்றன.

துணைமைப் பாலியல் தன்மைகள் என்பன ஆண், பெண் வேற்றுமையை வெளிப்படுத்தும் உடற்கூறுகளாகும். இவை எதிர் பால் கவர்ச்சியில் பங்குவகிக்கின்றன. இத்தகைய சில பண்புகளாக குரல் மாற்றமடைதல், தசை வளர்ச்சி, இடுப்பு மற்றும் தோள்கள் விரிவடைதல், உடல் முடிகள், மார்புகள் பருத்துத் தோன்றல் மற்றும் மேனியின் தோற்றத்தில் மாற்றமேற்படுதல் போன்றவை நிகழ்கின்றன.

7.2.5. உடலியல் மாற்றத்தினால் ஏற்படும் விளைவுகள்

கடந்த 10 முதல் 12 ஆண்டுகளாகத் தொடர்ந்து உறுதிப்பட்ட வாழ்க்கைத் தடத்தில் இடையூறு ஏற்படுகிறது. தனிநபர் அநேகமாக தனக்குத் தானே அந்நியமாகிப்போகிறார். இது நடத்தை மற்றும் மனப்பான்மையில் மிகப்பெரிய அளவிலும் வியக்கத்தக்க ஏற்ற இறக்கங்களுக்குக் காரணமாகிறது. வளரிளம் பருவத்தினர் நிச்சயமற்ற தன்மை, பாதுகாப்பற்ற உணர்வு மற்றும் குழப்பத்தினை ஆழமாக உணருகின்றனர். அவர்களது நடத்தைகள் கணிக்க இயலாதனவாகவும், சமூக மரபுகளுக்கு எதிரானவையாகவுங்கூட அமையலாம். இத்தகைய உணர்வழுத்தம் வெளிப்படையாகத் தெரிகிற சில நடவடிக்கைகள் பின் வருமாறு:

- அமைதியற்றிருத்தல்
- உள்ளடங்குதல்
- தனி உரிமையை நிலைநாட்டல்
- மந்தமான மனநிலை / எரிச்சலுற்ற நிலை

உடலியல் வளர்ச்சி வேகம் குறைந்து, உடலுறுப்பு மாற்றங்கள் முற்றுப்பெறுகின்ற நிலையில் நடத்தை சமநிலைக்குத் திரும்புகிறது.

7.2.6. வளரிளம்பருவத்து மனம் - அறிதிறன் மாற்றங்கள்

இளையவர்களோடு ஒப்பிடும்போது சிந்தனைச் செயல்முறைகள் வளரிளம் பருவக் காலத்தில் அதிகத் தன்னுணர்வோடும், பகுத்தறிவு சார்ந்தும் அமைகின்றன. வளரிளம் பருவத்தினர் அவர் / அவளது சிந்தனைகள் மீது விழிப்புணர்வுடன் உள்ளனர். வளரிளம் பருவத்தினரால் பகுத்தறிவு சார்ந்தது, பகுத்தறிவு சாராதது எனவும், உண்மை மற்றும் புனைவினையும் பிரித்தறிய இயலும்.

தகவல் பகுப்பாய்வு மிகவும் சிக்கலானது. வளரிளம் பருவத்தினர் அதிக தகவல்களை பகுப்பாய்வு செய்யவும், பரவலான அளவில் கருத்துகளை உருவாக்கி வெளிப்படுத்தவும் திறன்பெற்றவர்களாக உள்ளனர்.

வளரிளம் பருவத்தில், காலத்தோடிணைத்துப் புரிதல் மிகவும் இயல்பானதாகிறது. காலத்தின் நகர்வினை உணரவும், கடந்த காலம், நிகழ் மற்றும் எதிர்காலங்களுக்கிடையிலான தொடர்பினைப் புரிந்துகொள்ளவும் வளரிளம் பருவத்தினரால் இயலுகிறது. மிக முக்கியமானதாக, நிகழ்காலச் செயல்பாடுகள் எதிர்கால மாற்றங்களை ஏற்படுத்த வல்லவை என்பதை இளம்பருவத்தினர் புரிந்திருக்கின்றனர்.

7.2.7. அறிதிறன் வளர்ச்சியால் ஏற்படும் விளைவுகள்

அறிதிறன் இயக்கங்களின் முதிர்ச்சி கனியக் கனிய, வளரிளம்பருவத்தினர்:

- அவர்/ அவளால் புரிந்துகொள்ள இயலாதவற்றை ஏற்க அல்லது ஒப்புக்கொள்ள விருப்பமற்றிருக்கிறார்.
- முரண்பாடுகளைச் சகித்துக்கொள்ள இயலாமலிருப்பதோடு, அவற்றைப் போலித்தனமென வகைப்படுத்திப் புரிந்துகொள்கிறார்.
- குறைகாண்பவராகவும், விமர்சிப்பவராகவும் மாறுகிறார்.
- வெளிப்படப் பேசுகிறவராகவும், பிடிக்காததை அப்புறப்படுத்துபவராகவும் மாறுகிறார்.
- தீர்க்கமான முடிவுகளுக்கு வருகின்ற போதிலும், அந்த முடிவுகளின் ஏற்புடைத்தன்மையை சரிபார்க்கப் பெரும்பாலும் தவறுகிறார்.

வளரிளம்பருவத்தினர் பகுத்தறிவு மற்றும் தருக்க முறைமை ஒளிர்கிற கருத்துக்களுக்கு உடனடியாகப் பதில் குறிப்புத்தெரிவிப்பார். இதன் விளைவாக, வளரிளம் பருவத்தினர்,

- உண்மைகள் மற்றும் புள்ளிவிபரங்களால் ஈர்க்கப்பட்டு பதில் குறிப்பு தெரிவிக்கின்றனர்.
- விவாதம் மற்றும் கருத்தாடல்களில் மகிழ்ச்சிகொள்கின்றனர்.
- சிந்திக்கத் தூண்டுகிறபோது ஈர்க்கப்பட்டு பதிலளிக்கின்றனர்.

வளரிளம் பருவத்தினர் ஒழுக்கப்பண்பு குறித்த ஒரு விருப்பக் கூருணர்வினை வளர்த்துக்கொண்டு புதிய அணுகுமுறைக்கு மாறுகின்றனர்:

- ஏற்கெனவே நிலைபெற்றுள்ள விழுமியக் கட்டுமானங்கள் (மதம், சரி மற்றும் தவறு) மீது வினா எழுப்புதல்
- அவரவர்க்கேயான சொந்த விழுமியக் கட்டுமானத்தை எழுப்பத் தொடங்குதல்

7.2.8. வளரிளம் பருவத்தினரும் பிறரும் - சமூக வளர்ச்சி

புதிய சமூக எதிர்பார்ப்புகளின் கூடவே புதுவகைப் பங்காற்றுவதற்கான பாத்திரங்களும் உருவாகின்றன. குடும்ப உறுப்பினர், மாணவர் மற்றும் இணைநிலைக்குழு உறுப்பினர் பாத்திரங்களுடன் கூடவே, வளரிளம் பருவத்தினர், பணியாளர், மத நம்பிக்கையாளர், அரசியல் பங்கேற்பாளர் மற்றும் பாலியல் துணைவர் போன்ற புதிய பாத்திரங்கள் மூலம் புதுவகை அனுபவங்களை எதிர்பார்க்கின்றனர்.

7.2.9. சமூக வளர்ச்சியின் விளைவுகள்

சமூக வளர்ச்சி இயல்பான நிலையில் நிகழ்ந்தேறுகிறபோது, வளரிளம் பருவத்தினர் சமூக உறுப்பினராக அங்கீகாரம் பெறுகிறார். அவர்/ அவள், பிறரால் விரும்பப்படுவதுடன் குழுவினுள்ளும் வாய்ப்புநலன்களுடன் விளங்குகிறார். வளரிளம்பருவத்தினரில் சிலர் அவர்களது குழுவின் நட்சத்திரமாகவும் கருதப்படுகின்றனர். அவர்கள், அவர்களிடமுள்ள சில தலைசிறந்த பண்புகளால் வியந்து நோக்கப்படுவதுடன், அக்குழுவிலுள்ள ஒவ்வொருவரும் அந்த நட்சத்திரத்தைத் தன் நட்பாக்கிக்கொள்ள விரும்புகின்றனர். சமூக வளர்ச்சியில் ஏற்படும் தடைகள், தனிநபரை அக்குழுவின் விளிம்புநிலைக்குத் தள்ளுகிறது. இந்த வளரிளம்பருவத்தினர் வெட்கப்படுபவராக, உள்ளடங்கியவராக, தனித்துவமிழந்து எளிதில் விளக்கமுடியாத நபராக இருக்கிறார். விளிம்புநிலை நபர் ஏற்கப்படுதலின் எல்லைக் கோட்டிலிருக்கிறார். சமூக வளர்ச்சியைத் தடுக்கின்ற தீவிரத் தடைகள் தனித்து ஒதுங்குதலுக்கு இட்டுச் செல்லுகிறது. தனிமைப்பட்டு ஒதுங்கியவருக்கு இணைவயதுக் குழுவில் நண்பர்களே இல்லை; அல்லது ஒரு சிலரே உள்ளனர். தானாகவே தனித்து ஒதுங்குபவர் குழு உறுப்பினராக இருப்பதில் ஆர்வம் இழக்கிறார். தன் விருப்பமில்லாமலே தனிமைப்பட்டவர்களை குழு உறுப்பினர்கள் புறந்தள்ளுகின்றனர்.

வகுப்பீடு

இந்த அலகு பற்றிய உங்கள் சுய கற்றலை முடிப்பதற்கான இறுதி படி ஒரு எளிய வகுப்பீட்டை சமர்ப்பிப்பதாகும்.

- **கீழே உள்ள இணைப்பைக் கிளிக் செய்க. நீங்கள் வகுப்பீட்டிற்கு அழைத்துச் செல்லப்படுவீர்கள்**
- **வகுப்பீட்டின் முடிவில் Submit பொத்தானைக் கிளிக் செய்க. உங்கள் பதில்கள் தானாக எங்களுக்கு வந்துசேரும்**
- **நீங்கள் எங்களிடமிருந்து மதிப்பீட்டைப் பெறுவீர்கள்**

Link: https://forms.gle/hfJZoS6YPCdwsFTC9

முக்கியம்: நீங்கள் 7 வகுப்பீடுகள் அனைத்தையும் நேருக்கு நேர் மெய்நிகர் பயிற்சிக்கு முன் சமர்ப்பிக்க வேண்டும்.