

# குழந்தை மேம்பாடு மற்றும் கற்பித்தல் முறைகள்

## உடல் வளர்ச்சி

- \* உடல் வளர்ச்சி என்பது பல காலக்கட்டங்களை உள்ளடக்கியது.
- \* உடல் வளர்ச்சி உயிரியல் நியதிக்கு உட்பட்டதாகும். பிறப்பு முதல் இரண்டு வயது வரை உடல் வளர்ச்சி விரைவாக நடைபெறுகிறது. அதன் பின்னர் உடல் வளர்ச்சி குமரப் பருவத்தை நோக்கி மெதுவாக நடைபெறுகிறது.
- \* நரம்பு மண்டல வளர்ச்சி: பிறப்பிற்கு முன்னரும் பிறந்த பின்னர் மூன்று அல்லது நான்கு ஆண்டுகளுக்கு மிக விரைவாக நடைபெறுகிறது. இதன் பின்னர் நரம்பு மண்டல வளர்ச்சி மெதுவாக நடைபெறுகிறது.
- \* மூளை வளர்ச்சி பிறப்பு முதல் நான்கு வயதுவரை விரைவாகவும் அதன் பின்னர் எட்டு வயதுவரை மிதமாகவும், பின்னர் பதினாறு வயதுவரை மிதமாகவும் முன்னேற்றமடைந்து முழுமையடைகிறது.
- \* பிறக்கும்பொழுது குழந்தையின் மூளையின் நிறை 35 கிராம் ஆக உள்ளது. பருவமடைந்த பின்னர் மூளையின் அளவு 1260 கிராம் முதல் 1400 கிராம் வரை உள்ளது.
- \* பிறக்கும்பொழுது கால் மடங்காகவும், ஒன்பதாவது மாதம் அரை மடங்காகவும், இரண்டாவது வயதின் முடிவில் முக்கால் மடங்காகவும், நான்காவது வயதில் ஐந்தில் நான்கு மடங்காகவும், ஆறாவது வயதில் 90 விழுக்காடாகவும் மூளையின் வளர்ச்சி உள்ளது.
- \* மூளையின் வளர்ச்சி உடலின் எடையுடன் ஒப்பிட்டுப் பார்க்கும்பொழுது, பிறக்கும்பொழுது அது 1/18 ஆகவும், பதினைந்தாவது வயதில் 1/30 ஆகவும், பருவமடையும் பொழுது 1/40 ஆகவும் உள்ளது.
- \* குழந்தையின் உயரம் பிறக்கும்பொழுது சுமார் 52 சென்டிமீட்டராகவும், ஐந்தாவது வயதில் 106 செ.மீ ஆகவும், ஒன்பதாவது வயதில் 131 செ.மீ ஆகவும், 13 வயதில் 151 செ.மீ ஆகவும் உள்ளது. ஆரம்ப நிலையில் உயரவளர்ச்சி விரைவாகவும் பின்னர் மெதுவாகவும் உள்ளது.
- \* பெண் குழந்தைகளின் உயர வளர்ச்சி: ஆண் குழந்தைகளைவிட சற்றுக் குறைவாக உள்ளது. குழந்தைகளின் உயர வளர்ச்சியில் தனியாள் வேறுபாடு அதிகமாகவுள்ளது. \* சில குழந்தைகள் உயரமாகவும் சில குழந்தைகள் குள்ளமாகவும் உள்ளனர். ஆறு அல்லது ஏழு வயதில் உயரமாக உள்ள குழந்தை 15 அல்லது 16 வயதில் உயரமாக உள்ளனர்.
- \* பிள்ளைப் பருவமே கற்றலுக்கு ஏற்ற பருவம். உடல் வளர்ச்சி என்பது உடலின் பெருக்கத்தை மட்டுமே குறிப்பதல்ல. அதன் செயல்திறனையும் குறிக்கிறது.
- \* உடல் உறுப்புகளின் வளர்ச்சியுடன் கூடவே புலனியக்க வளர்ச்சியும் நடைபெறுகிறது. குழவிப் பபுவத்திலே கேட்கும் திறன் முழு வளர்ச்சி நிலையை எட்டுகிறது.

## உடற் பண்புகள்:

### 5 முதல் 8 வயது வரை

- \* ஏறத்தாழ 100 செ.மீ உயரம்(வருட சாராசரி உயர வளர்ச்சி 5 செமீ முதல் 7.5 செமீ வரை).
- \* செயல்பாடுகள் அனைத்தும் உடல் சார்ந்ததாக இருக்கும்.
- \* கால்கள் விரைவாக வளர்ச்சி அடைகின்றன.
- \* ஆண்களை விடப் பெண்கள் விரைவில் பருவமடைகின்றனர்.
- \* தசைகளின் இயக்கம் விரைவாகவும் ஆற்றல் மிக்கதாகவும் இருக்கும்.

## குழந்தை மேம்பாடு மற்றும் கற்பித்தல் முறைகள்

- \* மூக்கு மற்றும் தொண்டைக் கோளாறுகள் அடிக்கடி ஏற்படுவதுண்டு.
- \* உயரம் மற்றும் எடை வளர்ச்சி வீதம் 5 முதல் 11 வயது வரை மெதுவாகவும் நிதானமாகவும் நடைபெறுகிறது.
- \* வயிறு புடைக்க உணவருந்த விரும்புகின்றனர்.
- \* கருத்துக்கள் தெளிவற்றதாகவும், ஒழுங்கற்றதாகவும் இருக்கும்.
- \* குளிப்பதற்கு மறுப்பர்.
- \* செயல் வேகத்தில் படிப்படியான முன்னேற்றம் காணப்படும். இது நிதானத்தையும் துல்லியத்தையும் நோக்கி வளரும்.
- \* உடல் நலம் முன்னேற்றமடையும்.

### 9 முதல் 11 வயது வரை

- \* இது முழுக்க முழுக்க செயல்திறன் மிக்க வயதாகும்.
- \* பொதுவாகத் திடமாகவும் ஆரோக்கியமாகவும் உள்ள வயதாகும்.
- \* தின் பண்டங்கள் மீது அதிக விருப்பம் காட்டுவர்.
- \* ஆண்கள் வாலிப வயதின் பாதி எடையினைப் பெற்றவர்களாக இருப்பர்.
- \* பெண்களின் உடல் திறன்கள் 11 வயது வரை மெதுவாகவும், திடமாகவும் முன்னேற்றமடையும். அதன் பின்னர் திறமைகள் நிலைப்படும்.
- \* ஆண்களைப் போல பெண்கள் உடல் வலிமைகளையும், ஆரோக்கியத்தையும் அடைய முடிவதில்லை.
- \* உடல் வலிமை 11 வயது முதல் 13 வயது வரை பெண்களுக்கு தற்காலிகமாக நிறுத்தி வைக்கப்பட்டுள்ளது.
- \* போட்டி விளையாட்டுக்களில் அதிக ஆர்வம் காட்டுகின்றனர்.
- \* உடற் செயல்பாடுகளுக்குப் பின்னர் எளிதில் சோர்வடைகின்றனர்.
- \* கைகளின் சிறு தசைகள் நல்ல வளர்ச்சியைப் பெறுகிறது.
- \* வயது அதிகரிக்க அதிகரிக்க நிதானத்தின் வேகம் அதிகரிக்கிறது. அது துல்லியமாக முன்னேற்றமடைகிறது.
- \* 11 வயது வரை பெண்களின் உயரம் மற்றும் எடையின் வளர்ச்சி நேர்த்தியாக உள்ளது. ஆண்களின் வளர்ச்சி பெண்களை விட நன்றாகவும் உள்ளது.

### உடல் தேவைகள்:

#### 5 முதல் 8 வயது வரை

- \* 10 முதல் 12 மணி வரை நல்லுறக்கம், பற்களின் பாதுகாப்பிற்குத் தேவை. அடிக்கடி ஓய்வு, பொழுபோக்கு அம்சங்கள், ஓடியாடி விளையாடுதல் அவசியமாகிறது. உணவருந்தப் பழக்குதல், பொருள்களைக் கையாளக் கற்றுக் கொடுத்தல், விளையாட போதுமான இடம், ஆடைகளைத் தூய்மையாக வைத்துக் கொள்ளுதல் போன்றவற்றைக் கற்றுத் தருவது மிக அவசியமாகிறது.
- \* தட்டம்மை, பொன்னுக்குவீங்கி, கக்குவான், இளம் பிள்ளைவாதம், மூச்சுக் கோளாறுகள் போன்ற நோய்களிலிருந்து குழந்தைகளைக் காப்பாற்ற உதவுது அவசியம்.

#### 9 முதல் 11 வயது வரை

## குழந்தை மேம்பாடு மற்றும் கற்பித்தல் முறைகள்

- \* குழந்தைகளின் உடல் இயக்கங்களைச் செம்மைப்படுத்த ஆடல், பாடல் உடற்பயிற்சி, யோகா போன்றவற்றில் ஈடுபடச் செய்தல்.
- \* சுயமாக உடல் சுத்தம் மற்றும் சுகாதாரப் பராமரிப்புக்களை மேற்கொள்ள உதவுதல்.
- \* குழந்தைகள் தங்கள் உடல் இயக்கங்களை வளர்த்துக் கொள்ளவும், கட்டுப்படுத்தி செம்மைப்படுத்தவும் மற்றும் சிறப்பாக வெளியிடவும் அதிக வாய்ப்புக்களையும், வசதிகளையும் அளிக்க வேண்டும்.

### **கவனம்:**

- \* கவனம் என்பது ஒரு தனிப்பட்ட மன வன்மை ஆகும். மேலும் இது கவனிப்போரின் உள்ளத்தின் செயல், ஒரு வகை அனுபவம் என்றும் கூறலாம்.
- \* ஒரு பொருளையோ, செயலையோ தெளிவாக அறியச் செய்யப்படும் முயற்சியே கவனித்தல் என்று மக்டூகல் வரையறை செய்கிறார்.
- \* அறிதல் செயல்பாட்டில் கவனித்தல் என்பது முதல் படிநிலையாகும். இது ஒரு அறிவு சார்ந்த செயல் மட்டுமல்ல, மனவெழுச்சி, முயற்சி போன்ற பல கூறுகளை உள்ளடக்கியுள்ளது.
- \* தலையைத்திருப்புதல், பார்வையைக் குவித்தல், செவிமடுத்தல் போன்ற உடல் இயக்கங்களும் கவனித்தல் இடம் பெறுகின்றன. புலன்காட்சி, உற்று நோக்கல் போன்ற செயல்களுக்கும் கவனமே அடிப்படையாக அமைகிறது.
- \* தொடர்பற்ற ஒலிகளை விட தொடர்புள்ள ஒலிகளைக் கொண்ட ஒர் இசை நம் கவனத்தை எளிதில் கவருகிறது. முழுமையான ஒவியங்கள், வண்ணம் தீட்டப்பட்ட ஒவியங்கள் மாணவர்கள் கவனத்தை கவரும்.
- \* ஹெப் என்பவர் கவனித்தலை பெருமூளையின் செயலாகக் கருதுகிறார்.
- \* கவனித்தலின் உளவியல் அடிப்படை பற்றிய கோட்பாடுகளில் 1. தேர்வு செய்தல் கோட்பாடு 2. ஹெப் கோட்பாடு, 3. பிராட்பெண் கோட்பாடு ஆகியவை குறிப்பிடத்தக்கவை.
- \* ஒரே பார்வையில் மிகக் குறுகிய நேரத்தில், எத்தனைப் பொருட்களை அல்லது தூண்டல்களை ஒருவன் உணர்ந்து அறிகிறான் என்பதே அவனது கவன வீச்சு(Span of Attention) வரையறுக்கப்படுகிறது.

### **நினைவு:**

- \* நம் புலன்கள் கற்று அனுபவித்த விவரங்களை மனதில் இருத்திக் கொண்டு நமக்குத் தேவைப்படும்போது எடுத்துத்தருகிறது.
- \* மனதில் சேமித்து வைத்துள்ள விவரங்களை நினைவு என்று கூறுகிறோம். பொருளுணர்ந்து கற்றல் நீண்ட நினைவில் நிற்கும்.
- \* மெதுவாக நிதானமாக அவசரமின்றிக் கற்பது நினைவாற்றலைப் பெருக்கும் மற்றும் நேரத்தைச் சிக்கனப்படுத்தும்.
- \* பல புலன் வழிக் கற்றல் மூலமாகக் கற்பவை மனதில் வெகுநாட்கள் வரை நிலைத்து நிற்கும்.
- \* சுதந்திரமாகத் தானே கற்றல், கற்றவற்றை நினைவில் இருத்திக் கொள்ள சிறந்த வழியாகும்.

## குழந்தை மேம்பாடு மற்றும் கற்பித்தல் முறைகள்

- \* பொதுவாக நம் புலன்களில் ஏற்படும் தூண்டல்கள் அனைத்தும் முதலில் குறுங்கால நினைவுப் பகுதிக்குச் செல்கிறது. இவற்றின் நிலைப்புத் தன்மை சில நாட்களோ அல்லது சில வாரங்களேயாகும்.
- \* குறுங்கால நினைவுப் பகுதிக்குட் டென்ற விவரங்களை மீண்டும் மீண்டும் சிந்தித்து அல்லது கற்று உணரும்பொழுது அல்லது மீட்டுக் கொணரும்பொழுது அவை நெடுங்கால நினைவுப் பகுதிக்கு எளிதில் சென்றடைகிறது.
- \* நினைவு 1.புலனறி நினைவு, குறுகிய கால நினைவு, நீண்ட கால நினைவு என மூன்று வகைப்படும்.
- \* குறுகியகால நினைவினை தற்கால நினைவு(STM) என்றும், நீண்ட கால நினைவினை நிலையான நினைவு (LTM) என்றும் குறிப்பிடுவர்.
- \* ஒரே நேரத்தில் குறுகிய கால நினைவில் 7+2 உருப்படிகளை மட்டுமே வைத்திருக்க முடியும் என்று ஆய்வுச் சான்றுகள் தெரிவிக்கின்றன. இதையே நினைவு வீச்சு(Memory Span) என்று குறிப்பிடுகிறோம்.
- \* நினைவு வீச்சை நினைவு உருளை (Memory Drum) என்ற கருவியைப் பயன்படுத்தி அறியலாம்.

### சிந்தனை

- \* சிந்தித்தல் என்பது ஒரு அறிவார்ந்த செயலாகும். உளவியல் நோக்கில் சிந்தனை என்பது புறத்தூண்டல்களால் நம் உள்ளத்தில் ஏற்படும் அல்லது தொடர்ந்து நிகழ்கின்ற ஒரு மனச் செயலாகும்.
- \* ஒரு குறிக்கோளை அல்லது நோக்கத்தை அல்லது முடிவை அடைவதற்கான வழி தேடும் மனத்தளவிலான முயற்சியே சிந்தனை என்று கூறலாம். மேலும் சிந்தனை என்பது அறிதல் திறனின் கூறாகும்.
- \* பழைய அனுபவங்களைச் சிந்தித்து அவற்றுடன் புதிய அனுபவத்தைப் பொருத்திப் பார்த்து ஒரு முடிவுக்கு வருவது குவிச்சிந்தனை(Convergent Thinking) என்று கூறுகிறோம்.
- \* பழைய அனுபவத்துடன் புதிய அனுபவத்தைப் பொருத்திப் பார்த்து மேலும் ஒரு புதிய அனுபவத்தைப் பெற முயற்சிப்பதை விரிசிந்தனை(Divergent Thinking) என்று கூறுகிறோம்.
- \* புலன்காட்சி நினைவு போன்ற பலவும் ஆய்ந்தறிதலில் பயன்படுத்தப் படுவதால் ஆய்ந்தறிதலை சிந்தனையின் முழுச் செயல் எனலாம்.
- \* ஒரு குறிப்பிட்ட இலக்கை அடைய முயலும் ஒருவனுக்குத் தடைகள் ஏற்படும்போது அவனுக்குப் பிரச்சனை ஏற்படுகிறது. பிரச்சனைகள் இல்லையெனில் ஆய்வுத் தேவைப்படாது.
- \* ஆய்வுகளின் காணப்படும் பல்வேறு படிகளைப் பற்றி ஜான்டூயி கூறுவன 1. பிரச்சனையை உணர்தல், 2. பிரச்சினையைத் தீர்க்கவல்ல விவரங்களைத் திரட்டுதல் 3. கருதுகோள்களை அமைத்தல் 4. முடிவை எட்டுதல் 5. முடிவைச் சோதித்தறிதல் ஆகியன.
- \* பல செய்திகளை ஒப்பிட்டு ஆராய்ந்து பார்த்து அவற்றினின்றும் சில பொது விதிகளை வருவித்தல் தொகுத்தறி அனுமானமாகும்.
- \* ஒரு பொது விதியைப் பல தனிப்பட்ட நிகழ்ச்சிகளுக்கும், நிலைமைகளுக்கும் பயன்படுத்திப் பார்த்தல் பகுத்தறி அனுமானமாகும்.

## குழந்தை மேம்பாடு மற்றும் கற்பித்தல் முறைகள்

- \* தன் எண்ணங்களை பிறருக்கு எடுத்தியம்பவும், பிறர் கருத்துக்களை அறியவும் மொழித்திறன் தேவைப்படுகிறது.
- \* சிந்திப்பதற்கும் மொழி பயன்படுகிறது. மொழியின் வளர்ச்சிக்கும் சிந்தனை உதவுகிறது.

### அறிதல் திறன் வளர்ச்சி

- \* குழந்தையின் வளர்ச்சியின் முக்கியக் கூறாக அதன் அறிதிறன் வளர்ச்சி (Intellectual or Cognitive Development) விளங்குகிறது.
- \* ஒருவர் தனது சுற்றுப்பிறச் சூழலைப் புரிந்து கொள்ளக்கூடிய திறன் வளர்ச்சியை அறிதல் திறன் வளர்ச்சி என்கிறோம். இதற்கு நம் புலன்களாகிய மெய், வாய், கண், மூக்கு மற்றும் செவி பயன்படுகின்றன.
- \* ஜீன் பியாஜே என்ற சுவிட்சர்லாந்து அறிவியலறிஞர் தன் வாழ்நாள் முழுவதையும் குழந்தைகளின் வளர்ச்சியைப் புரிந்து கொள்வதில் செலவிட்டார்.
- \* குழந்தைகளின் பிறப்பிலிருந்து எவ்வாறு அறிதல் திறன் வளர்ச்சி அடைகிறது என்பதைநான்கு படிநிலைகளாகப் பகுத்துள்ளார்.
- \* பியாஜேவின் கருத்துப்படி அறிதிறன் வளர்ச்சியானது தொடர்ச்சியானதாக மட்டுமின்றி வரிசைக்கிரமமாக அமைந்து படிநிலைகளில் நிகழ்கிறது.
- \* முதல்நிலை தொட்டு உணரும் பருவம். பிறப்பிலிருந்து 18 மாதம் வரை.
- \* இரண்டாம் நிலை மனச் செயல்பாடுகளுக்கு முந்தைய நிலை - 18 மாதம் முதல் முதல் வயது வரை.
- \* மூன்றாம் நிலை புலன்களை உணர்வதை வைத்து சிந்தித்துச் செயல்படும் மனச் செயல்பாட்டு நிலை.
- \* நான்காம் நிலை முறையாகச் சிந்தித்து எண்ணங்களின் அடிப்படையில் செயல்படும் மனநிலை -12 வயதிற்கு மேல்.
- \* ஒரு பொருளைப் பற்றி அறிய, அதை உடல் ரீதியாகவோ, அல்லது மன ரீதியாகவோ கையாள வேண்டும். இவ்வகைச் செயல்களின் தொகுப்பை ஸ்கீமா என்று பியாஜே அழைக்கிறார்.
- \* 3 முதல் 7 வயது வரையுள்ள குழந்தைகள் புலனியக்கத்திறன், மொழித்திறன் பெற்றவர்களாக உள்ளனர்.
- \* 8 முதல் 12 வயது வரையுள்ள குழந்தைகளுக்குத் தத்துவ ரீதியாகப் புரிந்து கொள்ள முடியாத கருத்துக்களை அவர்களுக்கு இளமனதில் திணிப்பதைத் தவிர்க்க வேண்டும்.

### மனநலம்

- \* உளவியலறிஞர்கள் பார்வையில் மனநலம் என்பது மனவெழுச்சி, முதிர்ச்சி, பொருத்தப்பாடு மற்றும் நன நிறைவு எனப்படுகிறது.
- \* மனநலம் என்பது வாழ்க்கை நிலையைக் குறிக்கும் ஒருவரின் ஆளுமையின் நிறைவான இசைவான செயற்பாட்டைக் குறிக்கும்.
- \* நடத்தைப் பிறழ்ச்சிகள்(Behaviour disorder) இன்றி பிறரோடு இணைந்துபோகும் தன்னிணக்கமே மனநலம் எனப்படுகிறது.

## குழந்தை மேம்பாடு மற்றும் கற்பித்தல் முறைகள்

- \* மனவெழுச்சி வளர்ச்சியின் இறுதி எல்லை மனவெழுச்சி முதிர்ச்சி ஆகும்.
- \* மனவெழுச்சி முதிர்ச்சி, சமநிலையுடன் சூழ்நிலையில் பொருத்தப்பாட்டுடன் பிறரோடு மனநிறைவுடன் இணைந்து தானும் பிறரும் மகிழ்ச்சியையும் விதத்தில் ஒருவர் செயல்படும் நிலையே மனநலம் எனப்படுகிறது.
- \* அன்பும் பரிவும் கொண்ட ஆசிரியர், மகிழ்ச்சியான கற்றல் சூழல் எண்ணங்களை பகிர்ந்து கொள்ள நண்பர்கள், கருத்து சுதந்திரம், ஒய்வு, நல்ல உணவு, உணர்வு ரீதியாக மனநிறைவு அடைதல் போன்றவை மாணவர்களிடம் உணர்வு சமநிலையைத் தோற்றுவிக்கும் காரணிகளாகும்.
- \* உற்சாகமான மனநிலை, நல்ல உறக்கம், உணவில் திருப்தி ஆகிய மூன்றும் மனநலத்தின் வெளிப்படையான அறிகுறிகளாகும்.
- \* புதிய சூழலுடன் ஒத்துப்போகும் உறவே இணக்கம் எனப்படும்.
- \* புதிய சூழலில் காணப்படும் எதிர்ப்பார்புகளை ஏற்றுக்கொள்ளுதல், அவற்றை நிறைவேற்றுதல், தொடர்ந்து கடைபிடித்தல் போன்றவை இணக்கமான நடத்தைக்கு அடிப்படைகளாகும்.
- \* ஒருவர் தனது குணநலன்களையும், நடத்தைகளையும் ஏற்றுக்கொண்டது போலவே, மற்றவர்களும் ஏற்றுக்கொள்ளுதல்(acceptance of others) சமூக இணக்கம் எனப்படும்.
- \* ஒருவர் தனது சொந்த குணநலன்களோடு ஆர்வம், ஆற்றல், மனவெழுச்சி, மனப்பான்மை போன்றவற்றோடு ஒத்துப்போவது தன்னிணக்கம்(Personal Adjustment) எனப்படும்.
- \* பள்ளிச் செயல்களில் முழுவதுமாக ஈடுபட்டு பள்ளிக் குறிக்கோள்களை அடைவதற்குரிய செயல்களை மாணவன் வெளிப்படுத்துவது பள்ளி இணக்கம் எனப்படும்.

### **மனவெழுச்சிகளும் உடல்நலமும்**

- \* மனநலமும், உடல் நலமும் ஒன்றோடொன்று இணைந்தவை. உடல்நலப் பிரச்சனைகள் ஒருவரிடம் மனச்சோர்வு, மகிழ்ச்சியின்மை, எரிச்சல், கோபம் போன்றவை மனக்குறைபாடுகளை ஏற்படுத்துகிறது.
- \* மன அதிர்ச்சி, உடம்பில் வியர்வையாக, இதயத் துடிப்பை அதிகரிப்பதாக பசியின்மையாக, வயிற்றுவலியாக வெளிப்படுகிறது.
- \* மனநலப் பிரச்சனைகள் காரணமாக பல்வேறு உடல் நலப் பிரச்சனைகள் தோன்றுகின்றன. அதிகமான மன அதிர்ச்சி மீண்டும் மீண்டும் எழுவதால் குடற்புண், உயர் இரத்த அழுத்தம், ஆஸ்துமா போன்ற நோய்கள் ஏற்படுகின்றன.
- \* பயம், பதற்றம், தாழ்வு மனப்பான்மை, அளவு கடந்த துக்கம் காரணமாக ஏற்படும் மன மாறுபாடுகள் ஆஸ்துமாவை ஏற்படுத்துவதில் முக்கியப் பங்கு வகிக்கிறது.
- \* ஆழ்ந்த உணர்ச்சியை வெளிக்காட்டாமல் மனதில் அடக்கி வைப்பதால் குடற்புண் ஏற்படுகிறது.
- \* மன அழுத்தம், மன உளைச்சல், பயம் அதிகயளவில் தோன்றும்போது உடல் வலி தோன்றுகிறது.(எ.கா.தலைவலி)
- \* மனதில் ஏற்படும் அழுத்தங்களும், பகைமை உணர்வும், குற்றஉணர்வுகளும், அதிக இரத்த அழுத்தத்தை ஏற்படுத்துகின்றது.
- \* பல்வேறு நாளமில்லா சுரப்பிகள் தூண்டப்படுவதால் சுரக்கும் அதிகமான ஹார்மோன்களால் நீரிழிவு நோய் ஏற்படுகின்றது.

## குழந்தை மேம்பாடு மற்றும் கற்பித்தல் முறைகள்

\* மனதில் மறைத்து வைக்கப்பட்டு தீவிரமான மனஉணர்வுகளின் காரணமாக வலிமிகுந்த மாதவிடாய் ஏற்படும் அல்லது சரிவர வராமல் நீண்டகாலம் தள்ளிப்போகும்.

\* எரிக்கனின் கருத்துப்படி ஒருவரின் ஆளுமை வளர்ச்சியில் உள்ள நிலைகளின் எண்ணிக்கை எட்டு.

\* தன்னுடைய நிறை குறைகளை முழுமை தழுவி அணுகுமுறையில் உண்மையான நோக்கில் மதிப்பீடு செய்து கொள்வதையே தன்னையறிதல் என்கிறோம்.

### **தன்னடையாளமும், மன நலமும்:**

\* வெளியுலகிற்கும், தனக்கும் என்ன தொடர்பு உள்ளது என்று உணரும்போது தான் - பிறர் தன்னுடையது - பிறருடையது என்னும் வேறுபாடுகள் தோன்றி, இந்த உலகில் தான் யார் என்னும் கருத்து வளர்ச்சி அடைந்து தன்னடையாளம் தோன்றுகிறது.

\* குழந்தை வெளியுலகத்திலிருந்து பிரிந்து தன்னை அடையாளம் கண்டுகொள்வதை தன்னடையாளம் என்கிறோம்.

\* குழந்தை உலகத்துடன் இணைந்து செயலாற்றுவதால் ஏற்படும் தனது வளர்ச்சியில் ஒவ்வொரு நிலையிலும் தனக்கு ஏற்படும் சோதனைகளில் கிடைக்கும் வெற்றி, தோல்விகளைப் பொறுத்து தன்னடையாள உணர்வு ஒவ்வொரு நிலையிலும் மாறுபடுகிறது என்று எரிக்கன் என்ற உளவியலாளர் கூறுகிறார்.

\* மனிதன் வாழ்நாள் முழுவதும் இந்த உலகத்துடன் இணைந்து செயலாற்றுவதால் ஏற்படும் அனைத்து வளர்ச்சியை 8 படிநிலைகளில் எரிக்கன் விழக்குகிறார்.

1. பிறப்பு முதல் ஓராண்டு வரை: நம்பிக்கையும், அவநம்பிக்கையும்
2. 2 - 3 ஆண்டுகள்: சுதந்திரமாக இயங்குதல், அவமானம் மற்றும் சந்தேகம்
3. 4 - 6 ஆண்டுகள்: தானே தொடங்கும் திறமும், குற்ற உணர்வும்.
4. 6 முதல் குமரப்பருவம் தொடங்கும் வரை(செயல் திறனும் தாழ்வுணர்வும்)
5. குமரப் பருவம்: தன்னைப் பற்றிய நிலையான கருத்து, தெளிவற்ற குழப்பமான கருத்து
6. முன் முதிர்ப்பருவம்: நெருக்கமான உறவு, ஒருமைப்பாட்டு உணர்வு, தனிப்பட்ட நிலைமை
7. நடுமுதிர் பருவம்: தாராள மனப்பான்மை, தன்னுள் ஒடுங்கி செயல்படுதல்
8. பின் முதிர் பருவம்: நேர்மை, முழுமையான நம்பிக்கை இழப்பு ஆகியன.

\* இந்த 8 படிநிலைகளில் 3 படிநிலைகளைக் கடந்து நான்காம் படிநிலையின் போது குழந்தைகள் தொடக்கப் பள்ளிக்கு வருகின்றனர்.

\* எரிக்கன் சமூகவியல்பு, வளர்ச்சிப் படிநிலைகளை எட்டாக்க குறிப்பிடுவது போலவே, கோல்பர்க் ஒழுக்க வளர்ச்சி நிலைகளையும், ஹர்லாக் 10 வளர்ச்சி நிலைகளையும் குறிப்பிட்டுள்ளனர்.

\* குழந்தைகளின் உடல் வளர்ச்சியுடன் சிந்தனைத் திறனும்( குறியீட்டுச் சிந்தனை, தர்க்க சிந்தனை) வளர்ச்சி அடைகிறது. சிந்தனைத்திறன் வளர்ச்சியடைவதால் குழந்தைகளின் அறிதல் திறனும் வளர்ச்சியடைகிறது.

\* தன்னடையாளம் எதிர்மறையாக இருக்கும்போது குழந்தையின் மனநலம் பாதிக்கப்படுகிறது. தன்னடையாள உணர்வு உடன்பாடாக இருக்கும்போது குழந்தைகள் நல்ல மன நலம் பெற்றுள்ளனர்.

## குழந்தை மேம்பாடு மற்றும் கற்பித்தல் முறைகள்

### சமூக உணர்வு:

- \* தற்கருத்து என்ற சொல் முதன் முதலில் லெக்கி என்பவரால் அறிமுகப்படுத்தப்பட்டு, பின்பு கார்ல் ரோஜர்ஸின் நெறிசாரா அறிவுரை பகர்தல் மூலம் பரவலாக அறியப்பட்டது.
- \* தன்னைப் பற்றி ஒருவன் கொண்டுள்ள மனப்பான்மைகள், உணர்ச்சிகள் போன்றவற்றின் தொகுப்பே தற்கருத்து எனப்படும்.
- \* குழந்தையின் வாழ்க்கையில் குடும்பம் ஓர் ஆதாரக் குழுவாகும்.
- \* ஒருவரின் தற்கருத்து, வெற்றி உணர்வு, அன்பு, பாதுகாப்புணர்வு, மரியாதை, நம்பிக்கை போன்ற உணர்வுகளின் அடிப்படையில் அமைந்திருப்பது உடன்பாட்டு தற்கருத்து எனப்படும். இவ்வகைக் குழந்தைகளை ஆங்கிலத்தில் Satellizer என்று ஆசுபெல் என்ற உளவியலாளர் கூறுகிறார்.
- \* அவநம்பிக்கை, வெறுப்பு, தோல்வி, உணர்ச்சி, சந்தேகம், பாதுகாப்பற்ற உணர்வு போன்ற எதிர்மறை எண்ணங்களின் அடிப்படையில் தற்கருத்து அமைவது எதிர்மறை தற்கருத்து எனப்படும். இவ்வகைக் குழந்தைகளை ஆங்கிலத்தில் Non-Satellizer என்று ஆசுபெல் என்ற உளவியலாளர் கூறுகிறார்.
- \* வெற்றி வெற்றியையும், தோல்வி தோல்வியையும் வளர்க்கும் என்கிறது நவீன உளவியல் கோட்பாடு. எனவே மாணவர்களின் திறமை, ஆர்வம், விருப்பத்திற்கேற்ற செயல்பாடுகளில் பயன்படுத்தி வெற்றி பெறச் செய்யவேண்டும்.
- \* தன் சகமனிதனோடு கனிவோடும், ஒத்திசைவோடும் பயன்தரும் வகையிலும் வாழ்வதற்குத் தேவையான திறன்களை கொடுக்க இயலாத கல்வி, கல்வியாக இருக்க முடியாது. தேசிய கலைத்திட்ட வடிவமைப்பு-2005
- \* பிறந்த குழந்தை தான் என்ற தன்னல உணர்வுடன்( I Felling) தொடக்கத்தில் செயல்படும். குழந்தை, தனது உடல், உள, சமூகத் தேவைகளை பூர்த்தி செய்வதற்காக குடும்பம், பள்ளி, ஒப்பார் குழு, உறவினர்கள் போன்ற சமூக நிலையங்களில் தொடர்பு கொண்டு உறுப்பினராக செயல்பட்டு நாம் என்ற சமூக உணர்வினை(We Feeling) வளர்த்துக் கொள்கிறது.
- \* ஒருவரைப் பற்றியோ அல்லது ஒரு குழுவைப் பற்றியோ உண்மை நிலையை அறியாமல் அவசரப்பட்டு தவறான முடிவுக்கு வருவது சார்பெண்ணங்கள் எனப்படும்.
- \* படைப்புச் செயல்களின் சிறந்த வெளிப்பாடே விளையாட்டு எனப்படுகிறது.
- \* ஹர்லாக் என்பவரின் கருத்துப்படி, சமூக வளர்ச்சி என்பது சமூகத் தொடர்புகளில் முதிர்ச்சி பெறுதல் என்பதாகும்.
- \* குழந்தைகளிடம், சமூகவியல் வளர்ச்சியை ஏற்படுத்துதலையே சமூக நெறிப்படுத்தும் செயல்முறை என்பர்.
- \* பிள்ளைப் பருவத்தில்தான் கூட்டுணர்ச்சி முதிர்ச்சி பெறுகிறது. பிள்ளைப் பருவத்தை கூட்டாளிக் குழுப் பருவம்(Gang Age) என்று கூறலாம்.
- \* சகோதர சகோதரி இல்லாமல் தனியாக ஒரே குழந்தையாக வளரும் குழந்தை அதிகமாக செல்லமாக ழளர்க்கப்படுகிறது. சரியான வழிகாட்டுதல் கிடைக்காதபோது இத்தகைய குழந்தைகள் ஒரு தன்மயக் குழந்தையாக வரும்.
- \* பெற்றோர்களின் மனப்பான்மை, குழந்தைகளை பெற்றோர்கள் கையாளும் விதம், பிறப்பு வரிசை, பால் வேறுபாடு, குடும்பத்திற்கு வெளியில் ஏற்படும் அனுபவங்கள், சுற்றுப்புறத்தில்



## குழந்தை மேம்பாடு மற்றும் கற்பித்தல் முறைகள்

வசிப்பவர்கள், ஆளுமைப் பண்புகள் ஆகியவை குழந்தைப் பருவ சகோதர உறவில் செல்வாக்குள்ள சமூகக் காரணிகளாகும்.

- \* சகோதர உறவு என்பது ஒரு தாய் வயிற்றுப் பிறப்பாளர்களுள் ஒருவரை, ஒரே மூல மரபினை உடையவர்களுள் ஒருவரை, ஒரே தாய் தந்த உடையவர்களுள் ஒருவரைக் குறிக்கும்.
- \* விளையாட்டுகள் ஒருவரின் உடல் வளர்ச்சிக்கும், அறிவு வளர்ச்சிக்கும், மனவெழுச்சி வளர்ச்சிக்கு, மொழி வளர்ச்சிக்கும், சமூக வளர்ச்சிக்கும் உதவுகின்றன.
- \* விளையாட்டு என்பது அனைத்துக் குழந்தைகளிடமும் காணப்படும் வலுவான பொழுபோக்காகும்.
- \* குழந்தைகள் மூன்று வயது வரை புலனியக்க விளையாட்டுக்களை விரும்புகின்றனர். பொதுவாக தனித்தே விளையாட விரும்புவர்.
- \* மூன்று வயது முதல் ஆறு வயது வரையிலும் கற்பனை விளையாட்டுகள் முதன்மை பெறும்.
- \* ஆறு முதல் 12 வயது வரையிலான குழந்தைகள் விளையாட்டுக்களில் போட்டி மனப்பான்மை காணப்படும்.
- \* 12 வயதிற்குமேற்பட்ட குழந்தைகளிடம் கூட்டு விளையாட்டுக்கள் முக்கியத்துவம் பெறுகின்றன.
- \* ஒருவர் தன்னுடைய நிறை, குறைகளை முழுமை தழுவிய அணுகுமுறையில் உண்மையான நோக்கில் மதிப்பீடு செய்து கொள்வதையே தன்னையறிதல் என்று கூறுகிறோம்.
- \* ஒருவர் தன்னுடைய நிறை, குறைகளை அப்படியே ஏற்றுக் கொள்ளும் நிலையே( Saying, I am what i am) தன்னையறிதல் எனப்படுகிறது.
- \* தன்னையறிந்தவர்களுக்கு வாழ்க்கை முழுமையானதாக அர்த்தமுள்ளதாகவும், ஆரோக்கியமானதாகவும் விளங்கும்.
- \* தன்னையறியத் தனக்கொரு கேடில்லை என்ற பாடலைப் பாடியவர் திருமூலர்.
- \* SWOT என்பது S- Strength - பலங்கள், W- Weakness - பலவீனங்கள், O- Opportunity - சந்தர்ப்பங்கள், T- Threats - பயங்கள்.
- \* ஒரு குழந்தையின் தற்கருத்து வளர்ச்சி அக்குழந்தையின் குடும்பத்தில் உருவாகிறது.
- \* தற்கருத்து வளர்ச்சியினை தீர்மானிக்கும் சமூக காரணிகள்: மரபுநிலை, பெற்றொளர்களின் மனப்பான்மை, பிறப்பு வரிசை, கலாச்சார பழக்க வழக்கங்கள், சுற்றுப்புறத்தில் வசிப்போர், நண்பர்கள் மற்றும் ஒப்பார் குழு, பள்ளிச் சூழல், ஆசிரியர்களின் அணுகுமுறை, உடல், உளப் பாதுகாப்பு சூழல், திறமைகளை வளர்த்துக்கொள்ள அளிக்கப்படும் வாய்ப்புகள், வசதிகள், தகவல் தொடர்பு சாதனங்கள், பிறரின் கருத்துக்கள், ஒப்பீடுகள்.
- \* மனித வளர்ச்சியில் பிறப்பு முதல் இறப்பு வரை ஏற்படும் பல்வேறு மாறுதல்கள், வளர்ச்சிப் பருவம் அல்லது வளர்ச்சி நிலைகள் எனப்படும்.
- \* ஒவ்வொரு நிலையிலும் ஒருவர் கட்டாயம் தேர்ந்திருக்க வேண்டிய நடத்தைக் கோலங்கள் வளர்ச்சி சார் செயல்கள் எனப்படும்.
- \* வளர்ச்சி நிலைகளில் ஏற்படும் சிக்கல்கள் வளர்ச்சி சார் சிக்கல்கள் எனப்படும்.
- \* இ.எச்.எரிக்கன் என்பவரின் கோட்பாட்டின்படி ஒருவரின்(ஆளுமை) உளவியல் - சமூக (Psycho-social) வளர்ச்சியில் எட்டு நிலைகள் உள்ளன.

## குழந்தை மேம்பாடு மற்றும் கற்பித்தல் முறைகள்

\* ஒவ்வொரு வளர்ச்சி நிலையிலும், குறிப்பிட்ட வளர்ச்சி சார்ந்த சிக்கல்கள் ஏற்படும். இச்சிக்கல்களை வெல்லுவவர்கள் அதனோடு தொடர்புடைய வளர்ச்சி நிலையை எளிதில் பெறுகின்றனர். சிக்கல்களை வெல்ல இயலாதவர்கள் ஒரு குறிப்பிட்ட ஆளுமை வளர்ச்சியைப் பெறாமல் பின் தங்கிவிடுகின்றனர்.

### **நிறையாளுமை பெற்றவர்களின் பண்புகள்:**

நம்பிக்கை Trust, தன்னாட்சி Autonomy, தான் தொடங்காற்றல் Initiation, கடின உழைப்பு Industry, தன்னிலையறிதல் Identity, நெருக்கம் Intimacy, படைப்புக்கம் Generativity, நல்லிணக்கம் Integrity.

குறையானும் பெற்றவரின் பண்புகள்:

Mistrust அவநம்பிக்கை, வெட்கமும் சந்தேகமும் Shame Doubt, குற்ற உணர்வு Guilt, தாழ்வுணர்வு Inferiority, தன்னிலைகுழப்பம் Identity Confusion, தனிமை Isolation, தேக்க நிலை Stagnation, ஏமாற்றம் Despair.

\* தாழ்வு மனப்பான்மையும், மனித உறவில் ஏற்படும் சிக்கல்களுமே அனைத்து குறைபாடுகளுக்கும் அடிப்படையாக அமைந்துள்ளன.

### **மனவெழுச்சிகள்:**

\* இளம் வயதில் ஒருவருக்கு ஏற்படும் மனவெழுச்சி அதிர்வுகள் ஒருவரின் ஆளுமைக் கோளாறுகளுக்கு அடிப்படையாக அமைகிறது.

\* மனவெழுச்சி என்பது மன உணர்ச்சியின் மேலோங்கி நிற்கும் நனவு நிலையாகும். நம்மை வெகுவாகப் பாதிக்கும் நிகழ்ச்சியிலோ, நாம் மிக்க ஆர்வம் கொண்டுள்ள சூழ்நிலையிலோ, மனவெழுச்சிகள் நம்மிடம் இயல்பாகத் தோன்றுகின்றன.

\* மனவெழுச்சியில் ஒரு பொருள் அல்லது நிகழ்ச்சி குறித்த மகிழ்வுணர்வு அல்லது வெறுப்புணர்ச்சி மேலோங்கிக் காணப்படும்.

\* மகிழ்ச்சியின் அடிப்படையிலான மன வெழுச்சிகள், வெறுப்புணர்ச்சியின் அடிப்படையில் அமைந்த மனவெழுச்சிகள். (எ.கா: சினம், அச்சம், கவலை, பொறாமை) எல்லோரிடமும் காணப்படுவது இயல்பானதாகும். ஆனால் அதிக அளவில் காணப்படுவது பல்வேறு உடல், உளநலப் பிரச்சினைகளை தோற்றுவிக்கும்.

\* ஒருவர் மீது பிறர் காட்டும் அக்கறை- Caring, நெருக்கம் - Intimacy, இணைந்திருத்தல்- Attachment மூலம் அன்பை வெளிப்படுத்துகின்றோம். புரிந்துகொள்கிறோம், பகிர்ந்து கொள்கிறோம்.

\* பிறரது உணர்வுகளையும் மனவெழுச்சிகளையும், நம்முடையதாகக் கொள்ளும் மென்மையான மன உணர்வுகள் பரிவு அல்லது ஒத்துணர்வு எனப்படும்.

\* சினம், உடல்ரீதியாகவும், நடத்தை ரீதியாகவும், அறிவுரீதியாகவும், பல தீய விளைவுகளை ஏற்படுத்தும், தன்னையும், பிறரையும் கெடுத்து எப்போதும் துன்பத்தை நீடிக்கச் செய்யும் மனஉணர்ச்சியாகும்.

---

குறியீட்டுச் சிந்தனை

## குழந்தை மேம்பாடு மற்றும் கற்பித்தல் முறைகள்

- \* குழந்தைகள் தாங்கள் புரிந்துகொண்ட வார்த்தைகள், எண்கள், உருவங்கள் போன்ற குறியீடுகளை உள்ளத்தில் உபயோகப்படுத்தும் திறனே குறியீட்டுச் சிந்தனை எனப்படும்.
  - \* குழந்தைகள் இடைவெளி, காரண காரியம், அடையாளம் காணுதல், வகைப்பாடு செய்தல் மற்றும் எண்ணுருக்கள் இவற்றைப் புரிந்து கொள்வதன் மூலம் அவர்களின் குறியீட்டுச் சிந்தனை வளர்ச்சி அடைகிறது.
  - \* குழந்தைகள் சிலவற்றை சிசுப் பருவத்திலிருந்தே புரிந்து கொள்ளத் தொடங்கி விடுகின்றனர். மற்றவை முன் குழந்தைப் பருவத்தில் வளர் ஆரம்பிக்கின்றன. எனினும் பின் குழந்தைப் பருவம் வரை இந்த வளர்ச்சி முழுமை அடைவதில்லை.
  - \* குழந்தைகள் பள்ளிக்கு வரும் முன்னர் பின்பற்றிச் செய்தல், பாவனை விளையாட்டு, மொழியால் கருத்துப்பரிமாற்றம் ஆகிய செயல்களில் ஈடுபடுகின்றனர். இவையெல்லாம் குறியீட்டுச் சிந்தனையின் வெளிப்பாடுகளே ஆகும்.
  - \* பாவனை விளையாட்டில் குழந்தைகள் தங்களை மருத்துவர் போலவும், ஓட்டிநர் போலவும் உருவகப்படுத்தி கொண்டு விளையாடுகின்றனர்.
  - \* குழந்தைகளின் குறியீட்டுச்சிந்தனைக்கு எண்ணுருக்களும் எழுத்துக்களும் அவசியம். மொழியைப் பயன்படுத்தி குழந்தைகள் வார்த்தைகளைப் பேசுகின்றனர், கேட்கின்றனர்.
  - \* புலன் உணர்ச்சி அல்லது செயல் குறிப்பு இல்லாமல் மனத்தளவில் நடைபெறுவது குறியீட்டுச் சிந்தனையின் தன்மையாகும்.
  - \* குறியீட்டுச் சிந்தனையின் வளர்ச்சி தர்க்க முறை சிந்தனை ஆகும். தர்க்க முறை சிந்தனை என்பது குறியீடுகளில் வரிசைத் தொடரை ஏற்படுத்தி ஒரு முடிவையெடுத்தல் அல்லது மதிப்பீடு செய்தல் ஆகும்.
  - \* ஒரு குழந்தை 7, 8 ஆண்டுகளில் வரிசைத் தொடர்பு கிரமப்படி சிந்திக்கத் தொடங்குகிறது என்று பியஜே குறிப்பிடுகிறார்.
  - \* பியாஜே மற்றும் அவரது சகாக்கள் குழந்தைகள் தர்க்க சிந்தனை வளர்ச்சியை அனுமானம் செய்வதன் மூலம் ஆரம்பிக்கின்றனர் என்று கருதுகின்றனர்.
  - \* பள்ளிமுன் பருவத்தில் (3-6 ஆண்டுகள்) குழந்தைகள் எண்களைப்பற்றிய 5 விதிகளை ஓரளவு புரிந்துக்கொள்கின்றனர்.
  - \* குறியீட்டுச் சிந்தனை வளர்ச்சி குழந்தைகள் பொருள்களுக்கு இடையே உள்ள இடைவெளி தொடர்பு பற்றி சரிவர தெரிந்து கொள்ள உதவுகிறது. இதுவே இடைவெளி தர்க்க சிந்தனை எனப்படுகிறது.
  - \* வினைக்கும் பயனுக்கும் இடையே உள்ள காரண காரிய தொடர்பை சிறு குழந்தைகள் அறிந்திருந்தாலும், 2 ஆண்டுகள் வரை காரண காரிய தர்க்க முறை சிந்தனை வளர்ச்சி பெறவில்லை ஏன்? எதற்கு? என பல்வேறு வினாக்களைத் தொடுப்பது குழந்தைகளின் காரண காரிய சிந்தனை வளர்ச்சியின் வெளிப்பாடே.
- 1 ஒரு பொருளுக்கு ஒர் எண்ணைத் தொடர்பு படுத்துதல். 2. நிலையான எண் வரிசை (1,2,3,4,---) 3. எந்தப் பொருளிலிருந்து எண்ணத் தொடங்கினாலும் மொத்த எண்ணிக்கை சமம். 4. பொருள்களின் மொத்த எண்ணிக்கை கடைசிப் பொருளின் எண்ணாகும். 5. இந்த நான்கு விதிகளும் எந்தப் பொருளுக்கும் பொருந்தும்.

## குழந்தை மேம்பாடு மற்றும் கற்பித்தல் முறைகள்

- \* ஐந்து வயதில் குழந்தைகள் 20 மற்றும் அதற்கு மேலும் எண்ண முடிகிறது. ஒன்று முதல் பத்து வரை எண்களின் அளவை அதாவது பெரியது, சிறியது என அறிந்து கொள்ள முடிகிறது.
- \* பள்ளியில் பாடங்களைக் குழந்தைகள் தொடக்கப் பள்ளிக்கு வரும்போது அவர்களின் குறியீட்டுச் சிந்தனையும் தர்க்க முறை சிந்தனை வளர்ச்சி தொடங்கப் பெற்று இருந்தாலும், அவை முழுமையாக வளர்ச்சி அடைந்திருக்கவில்லை. குழந்தைகளின் சிந்தனையில் சில குறைபாடுகள் காணப்படுகின்றன. இதற்குக் காரணம் குழந்தைகள் அறிதல் திறன் வளர்ச்சியில் முழுமை அடையவில்லை என்பதே ஆகும்.

### **அறிதல் திறன் வளர்ச்சி**

- \* தன்னையும் சுற்றுப்புறச் சூழ்நிலையையும் புரிந்துகொள்ளும் மனத்திறனை அறிதல் திறன் என்கிறோம்.
- \* அறிதல் திறனில் சிந்தித்தல், நினைவுகூர்தல், மொழியைப் பயன்படுத்துதல், படைப்பாற்றல், நுண்ணறிவு, புரிந்துகொள்ளுதல், பிரச்சனையைத் தீர்த்தல், முடிவு செய்தல் போன்ற பல திறன்கள் அடங்கியுள்ளன. இத்திறன்களின் வளர்ச்சியையே அறிதல் திறன் வளர்ச்சி என்கிறோம்.
- \* நெய்சா என்ற அறிஞரின் கருத்துப்படி, புலனுறுப்புக்கள் மூலம் பெறப்படும் செய்திகளைத் தொகுத்தல், சுருக்கியமைத்தல், விரிவுபடுத்தல், நினைவு கூர்தல் என்ற உளச் செயல்களின் அடிப்படையில் ஆராய்ந்து அவை பற்றி அறிந்து கொள்ளுதல் அறிதிறன் எனப்படும்.
- \* வெளி உலகத்தைப் பற்றி தெரிந்து கொள்ள உதவும் உளச் செயல்களே அறிதிறன் செயல்கள் எனப்படும்.
- \* அறிதல் திறன் வளர்ச்சி நான்கு படி நிலைகளில் நடைபெறுகிறது என்று பியாஜே என்ற உளவியல் அறிஞர் குறிப்பிடுகின்றார். அதாவது 1. புலனியக்கப் பருவம் (Sensory motor state: 0-2 years) 2. மனச் செயல்பாட்டுக்கு முந்தைய பருவம் (Preoperational Stage: 2-7 years 3. கண்கூடாகப் பார்ப்பதைக் கொண்டு சிந்திக்கும் பருவம் (Concrete Operational Stage: 7-12 years 4. முறையான மனச் செயல்பாட்டுப் பருவம் (Formal Operational Stage: above 12 years) என நான்கு படி நிலைகளில் நடைபெறுகிறது என சவிட்சர்லாந்து நாட்டு உளவியலறிஞரான ஜீன் பியாஜே குறிப்பிடுகிறார்.
- \* ஒரு பொருளைப் பற்றி அறிய, அதை உடல் ரீதியாகவோ, அல்லது மன ரீதியாகவோ கையாள வேண்டும். இவ்வகைச் செயல்களின் தோகுப்பை ஸ்கீமா என்று பியாஜே அழைக்கிறார்.
- \* ஸ்கீமா உருப்பெரும் தன்மைக்கேற்ப குழந்தைகளின் அறிதிறன் வளர்ச்சியை நான்கு நிலைகளாக மேற்கூறியவாறு பியாஜே பிரித்துள்ளார்.
- \* அறிதல் திறன் வளர்ச்சியில் குழந்தை பிறந்தது முதல் இரண்டு ஆண்டுகள் வரை உள்ள பருவம் புலனியக்கப் பருவம் எனப்படும்.
- \* புலனியக்கப் பருவத்தின் தொடக்கத்தில், அதாவது பிறந்து நான்கு மாதங்கள் வரை குழந்தைகள் பொருளின் நிலைப்புத் தன்மையை உணர்வதில்லை.
- \* ஒரு பொருள் கண் முன் இல்லையென்றாலும் அப்பொருள் எங்கோ ஓர் இடத்தில் உள்ளது என்று உணர்ந்து கொள்ளுதல் பொருளின் நிலைப்புத் தன்மையை உணர்தல் எனப்படும்.
- \* பொருளின் நிலைப்புத் தன்மையை சுமார் 18 மாதங்கள் ஆன பின்பு குழந்தை முற்றிலும் உணர்ந்து கொள்கிறது. இவ்வாறு பொருளின் நிலைப்புத் தன்மையை உணர்தலும், பொருளின் உருவம் மனதில் தோன்றுதலுமே புலனியக்கப் பருவத்தின் முக்கிய வளர்ச்சியாகும்.

## குழந்தை மேம்பாடு மற்றும் கற்பித்தல் முறைகள்

- \* மனச் செயல்பாட்டுக்கு முந்தைய பருவத்தில் குழந்தைகள் மன உருவங்களைப் பயன்படுத்துவதில் படிப்படியாக முன்னேறுகின்றன. அதே சமயத்தில் குழந்தையின் மொழியும் வளர்ச்சி அடைகிறது.
- \* மனச்செயல்பாட்டுக்கு முந்தைய பருவத்தில் குழந்தைகள் மன உருவங்களைக் கொண்டு சிந்தனையைத் தொடர்ந்தாலும் இப்பருவத்தில் குழந்தையின் அறிதல் திறன் முழு வளர்ச்சி அடைவதில்லை. இப்பருவத்தில் குழந்தைகளின் சிந்தனைகளில் சில குறைபாடுகள் காணப்படுகின்றன.
- \* குழந்தைகளின் சிந்தனையில் காணப்படும் ஒரே ஒரு கூறில் மட்டும் கவன செலுத்தும் தன்மை, நடந்து முடிந்த ஒர் நிகழ்ச்சியை மனத்தளவில் மீண்டும் பழைய நிலைக்குக் கொண்டு வர இயலாத \* தன்மை, தன்னை மையமாக்கிச் சிந்திக்கும் தன்மை, உயிருள்ள பொருள்களையும் உருள்ளவையாக பாவிக்கும் தன்மை முதலியன.
- \* ஒரே ஒரு கூறில் மட்டும் கவனம் செலுத்தும் தன்மை என்பது குழந்தைகள் ஒரு பிரச்சனையின் ஒரே ஒரு கூறில் மட்டும் கவனம் செலுத்தி மற்ற முக்கியக் கூறுகளைப் புறக்கணிக்கும் பண்பாகும்.
- \* மனச்செயல்பாட்டுக்கு முந்தைய பருவத்து குழந்தைகள் எல்லாப் பொருள்களும் தங்களைப் போலவே உயிருள்ளவை என்றும் நம்புகின்றனர்.
- \* அறிதல் திறனில் ஓரளவு மன உருவங்களைப் பயன்படுத்தும் திறன் வளர்ந்திருந்தும் அது முழுமையாக வளர்ச்சி அடையாமல் ஆனால் வளர்ச்சி நோக்கி செல்வதால் பியாஜே இதனை மனச்செயல்பாட்டுக்கு முந்தைய பருவம் என்ற பெயரிட்டார்.
- \* முதல் வகுப்பில் தொடக்கக் கல்வியை தொடங்கும் குழந்தை இன்னும் மனச் செயல்பாட்டுக்கு முந்தைய பருவத்திலேயே உள்ளதால் அவர்களின் திறன் முழுமையாக வளர்ச்சி அடைந்திருக்கவில்லை.
- \* நரம்பு மண்டலத்தின் முதிர்ச்சி மற்றும் குழந்தை சூழ்நிலையோடு கொள்ளும் பொருத்தப்பட்டு ஆகிய இரண்டும் இணைந்து செயலாற்றுவதன் மூலம் பொருள்களின் மாறாத் தன்மை போன்ற அறிதல் திறன் வளர்ச்சி பெறுகிறது.
- \* மனிதனை நாகரீக வளர்ச்சியின் உச்சிக்குக் கொண்டு செல்ல மேம்பட்ட சிந்தனைக்குப் பெரிதும் துணை புரிவது மனச் செயல்பாட்டுக்கு முந்தைய பருவமாகும்.

### **குழந்தைகளின் மொழி வளர்ச்சி**

- \* மொழி என்பது தனது எண்ணங்களைப் பிறர்க்குத் தெரியப்படுத்த மனதால் வகுக்கப்பட்ட குறிகள் அல்லது அடையாளங்களைக் கொண்ட ஒரு தொகுப்பாகும்.
- \* குழந்தைகளின் மொழித்திறன் வளர்ச்சிக்கு அடிப்படையாக உடல் முதிர்ச்சி(வாய், உதடு ஆகியவற்றின் இயக்கத்தைக் கட்டுப்படுத்தும் திறன்) அமைகிறது.
- \* பிறந்த குழந்தை உடல் வளர்ச்சி மற்றும் அறிதல் திறன் வளர்ச்சி அடைந்ததும் தனது முதலாவது பிறந்த நாளில் (10 முதல் 14 மாதங்களில்) அடையாளம் காணக்கூடிய தெளிவான உச்சரிப்புடன் கூடிய முதல் சொல்லைப் பேசுகிறது.
- \* பொதுவாக 18 மாதங்கள் வரை குழந்தைகள் ஒரு தனியான சொல்லைப் பேசி தம் கருத்தைத் தெரிவிக்கிறது.

## குழந்தை மேம்பாடு மற்றும் கற்பித்தல் முறைகள்

- \* 18-24 மாதங்களில் குழந்தை சிறு வாக்கியங்களை பேசத் தொடங்குகிறது. முதல் முக்கியமான அரு சொற்களைக் கொண்ட வாக்கியங்களைப் பேசுகிறது.
- \* 20-30 மாதங்களில் இரண்டுக்கு மேற்பட்ட சொற்களை வாக்கியத்தில் அமைத்து பேசுகின்றனர்.
- \* 12 வயதில் குழந்தையின் சொற்களஞ்சியம் சுமார் 1000க்கும் அதிகமான சொற்களைக் கொண்டதாக உள்ளது.
- \* குழந்தைகளின் ஒலியெழுப்பும் செயல், மொழித் திறனாக உருவாவதில் 3 படிநிலைகள் உள்ளதாக ஸ்கின்னர் குறிப்பிடுகிறார்.
- \* குடும்பப் பின்னணியில் பூவா, ஆம், மம்மு போன்ற உணவைக் குறிக்கும் சொற்களை குழந்தை தன் தாயிடமிருந்து கற்கிறது. இதனை குழந்தையின் தாயார் மொழி என்கிறோம்.
- \* மொழி வளர்ச்சியில் குழந்தைகள் தங்கள் வட்டாரங்களில் வழங்கப்படும் மொழியையே முதலில் கற்றுக் கொள்கின்றனர்.
- \* குழந்தை உலகத்தோடு இணைந்து செயற்றுவதால் ஏற்படும் தனது வளர்ச்சியில் ஒவ்வொரு நிலையிலும் தனக்கு ஏற்படும் சோதனைகளில் கிடைக்கும் வெற்றி, தோல்விகளைப் பொறுத்து தன்னுடனான உணர்வு ஒவ்வொரு வளர்ச்சி நிலையிலும் மாறுபடுகிறது என்கிறார் எரிக்சன் என்னும் உளவியலார்.
- \* குடும்பத்தினன் பொருளாதாரச் சூழ்நிலை குழந்தைகளின் அறிதல் திறன் வளர்ச்சியில் முக்கியப் பங்கு வகிக்கிறது.
- \* உடன்பாட்டு தற்கருத்து கொண்ட மாணவர்கள் வகுப்பறையில் சுறுசுறுப்பாகவும், வெற்றி உணர்வோடும் தன்னம்பிக்கையுடன் திகழ்வார்கள்.
- \* எதிர்மறை கருத்து கொண்ட மாணவர்கள் பள்ளி இணைக்கம், சமூக இணைக்கம், தன்னணக்கம் போன்ற செயல்பாடுகளில் குறைபாடு உடையவர்களாக இருப்பார்கள்.
- \* வெற்றி வெற்றியையும், தோல்வி தோல்வியையும் வளர்க்கும் என்கிறது நவீன உளவியல் கோட்பாடு. எனவே மாணவர்களின் திறமை, ஆர்வம், விருப்பத்திற்கேற்ப செயல்பாடுகளில் திறமைகளை ஈடுபடுத்தி வெற்றி பெறச் செய்ய வேண்டும்.
- \* அவநம்பிக்கை, வெறுப்பு, தோல்வி, உணர்ச்சி, சந்தேகம், பாதுகாப்பற்ற உணர்வு போன்ற எதிர்மறை எண்ணங்களின் அடிப்படையில் தற்கருத்து அமைவது எதிர்மறை தற்கருத்து எனப்படும்.

தினமணி  
Courtesy: Dinamani.com  
தமிழ்நாட்டில் வாங்கும் அஞ்சல் டெலிகள்