

නව යෞවන අවධිය

පුද්ගලයෙකුගේ ජීවන චක්‍රය තුළ වැදගත් සන්ධිස්ථානයක් ලෙස නව යෞවන අවධිය හෙවත් නව යොවුන් විය සැලකිය හැකි ය. ළදරු විය හැරුණු විට ජීවන චක්‍රයේ උපරිම වර්ධන වේගයක් පෙන්නුම් කරන අවධියකි, නව යොවුන් විය. නව යොවුන් වියට අයත් වයස් පරාසය විවිධ ලෙස අර්ථ දක්වන අතර, එය අවු. 10ක ආරම්භයේ සිට අවු. 19 තෙක් දිවෙන කාලයක් ලෙස සාමාන්‍යයෙන් සැලකේ. එහෙත් ලෝක සෞඛ්‍ය සංවිධානයේ අනුමැතියට අනුව අවු. 10-24 දක්වා කාල සීමාව යොමුත් විය ලෙස හඳුන්වයි. යෞවනෝදයට එළඹීම හෙවත් මල්වර වීම නව යොවුන්වියේ වැදගත් සන්ධිස්ථානයක් ලෙස සලකන අතර, පුද්ගල සංවර්ධනයේ පරිවර්තන කාල පරිච්ඡේදයක් ලෙස ද හඳුන්වයි. මෙයට හේතුව මෙම අවධිය ළමා වියත්, වැඩිහිටි වියත් අතර, අතර මැදි අවධිය වන බැවිනි.

අවු. 10 = 13	=	මුල් යොවුන් විය.
අවු. 14 = 16	=	මැද යොවුන් විය.
අවු. 17 = 19	=	පසු යොවුන් විය.

මුල් යොවුන් විය තුළ පිළිබිඹු කරන පැහැදිලි ලක්‍ෂණයකි, යෞවනෝදයට පත්වීම. ගැහැනු දරුවකුගේ පළමු ආර්තවය සිදුවීමත්, පිරිමි දරුවෙකුගේ පළමු ශුක්‍ර මෝචනය සිදුවීමත් මුල් යොවුන් විය තුළ සිදුවේ.

මෙම අවධි තුළ පුද්ගලයෙකුගේ ජීවන චක්‍රයේ ඉතා වේගවත් ශාරීරික හා මානසික මෙන් ම සමාජීය හා චිත්තවේගී වෙනස් වීම් ද පෙන්නුම් කරයි. ළමා සිරුරින්, ළමා මනසින් හා ළමා හැසිරීම් රටාවෙන්, පරිණත සිරුරකට, මේරු හැසිරීම් රටාවකට හා චිත්තනයකට යොමු වන අවධියක් ලෙස මෙම අවධිය හඳුන්වයි.

ශ්‍රීමා වියේ බොහෝ දුරට ඒකාකාරී ව සෙමින් වැඩෙමින් තිබූ සිරුර එහි පසු භාගයේ දී එනම් මුල් යොවුන් විය ආරම්භ වෙත්ම වේගයෙන් වර්ධනය වීමට පටන් ගනී. මේ සඳහා බාහිර ව දක්නට ඇති වෙනස්වීම්වලට සිරුරේ අභ්‍යන්තර ව සිදුවන වෙනස්වීම් ද සෘජුව ම බලපායි. උදාහරණ ලෙස දක්වතොත් විශේෂයෙන් ලිංගික හෝමෝන ස්‍රාවය ආරම්භ වීම සඳහන් කළ හැකි ය.

උදා:- - ඊස්ට්‍රජන් හා ප්‍රොජෙස්ටරෝන් ස්ත්‍රී ලිංගික හෝමෝන වන අතර, ටෙස්ටෝස්ටෙරෝන් පුරුෂ ලිංගික හෝමෝනය වේ.

පිටියුටරි හෝමෝන

ප්‍රජනක පද්ධතිය හා සම්බන්ධ හෝමෝන ස්‍රාවය වීම කෙරෙහි මොළයේ පිටියුටරි ග්‍රන්ථිය මගින් ස්‍රාවය වන හෝමෝන බලපායි.

දරුවකුගේ ප්‍රාථමික ලිංගික ලක්‍ෂණවලට අමතර ව නව යොවුන් වියේ ආරම්භයත් සමග ම ද්විතියික ලිංගික ලක්‍ෂණ පහළ වන්නේ ද මෙම හෝමෝනවල බලපෑමෙනි.

නොමිලේ බෙදාහැරීම පිණිසයි

ප්‍රාථමික ලිංගික ලක්‍ෂණ

නව යොවුන් වියේ ආරම්භයත් සමග ලිංගික හෝමෝනවල බලපෑම නිසා සිදුවන ප්‍රජනක ඉන්ද්‍රිය පද්ධතියේ ශීඝ්‍ර වර්ධනය ප්‍රාථමික ලිංගික ලක්‍ෂණ ඇතිවීම ලෙස දක්වයි.

- උද :- ඩිම්බ කෝෂ හා ගර්භාෂය වර්ධනය
- වෘෂණ කෝෂ හා වෘෂණ වර්ධනය

ද්විතියික ලිංගික ලක්‍ෂණ

ප්‍රාථමික ලිංගික ලක්‍ෂණ ඇතිවීම බාහිර ව පිළිඹිබු කරන ලක්‍ෂණ ද්විතියික ලිංගික ලක්‍ෂණ ලෙස හඳුන්වයි. ස්ත්‍රී පුරුෂ දෙපක්‍ෂයට ම පොදු ලක්‍ෂණ ඇති අතර සුවිශේෂී වශයෙන් වෙනස් ලක්‍ෂණ ද හඳුනා ගත හැකි ය.

- සිරුරේ හැඩය වෙනස් වීම.
- බර වැඩි වීම.
- උස වැඩි වීම.
- ලිංගේන්ද්‍රිය අවට සහ කිහිලිවල රෝම ඇති වීම.
- ළමා කාලයට වඩා වෙනත් බාහිර සුවිශේෂී ලක්‍ෂණ දැක ගත හැකි වීමද පොදු ලක්‍ෂණ වේ.

ස්ත්‍රී පුරුෂ භාවය අනුව ඇතිවන ද්විතියික ලිංගික ලක්‍ෂණ පහත දැක්වෙන අයුරින් වගී කළ හැකි ය.

ද්විතියික ලිංගික ලක්‍ෂණ ස්ත්‍රී	ද්විතියික ලිංගික ලක්‍ෂණ පුරුෂ
<ul style="list-style-type: none"> ● පියයුරු විශාල වීම ● උකුල පළල් වීම ● කටහඬ මිහිරි වීම ● යෝනි සුව ඇති වීම ● ලිංගේන්ද්‍රිය අවට සහ කිහිලිවල රෝම ඇති වීම ● උස හා බර වැඩි වීම 	<ul style="list-style-type: none"> ● මස් පිටු වැඩීම ● උරහිස පළල් වීම ● ස්වරාලය ඉදිරියට නෙරා ඒම, කටහඬ වෙනස් වීම ● ශූක මෝවනය ● ලිංගේන්ද්‍රිය විශාල වීම ● ලිංගේන්ද්‍රිය අවට සහ කිහිලිවල රෝම ඇති වීම ● රැවුළු වැවීම ● උස හා බර වැඩි වීම

මෙම ලක්‍ෂණ පිළිබිඹු කිරීම පුද්ගලයාගෙන් පුද්ගලයාට වෙනස් වන අතර ඇතැම් විට නිශ්චිත වයසකදී පෙන්නුම් නොකරන බව ද අවධාරණය කරමු.

සම වයසේ සිටින ගැහැනු දරුවන් හා පිරිමි දරුවන් අතර ඉහත සඳහන් ශරීර ලක්ෂණ එක ලෙස නොතිබීමට ප්‍රධාන හේතුව වන්නේ හෝමෝන ක්‍රියාකාරීත්වයන්හි වෙනස්කම් ය. පෝෂණ තත්ත්වය, ආවේනික හේතු හා වෙනත් සාධක ද දරුවන් තුළ ද්විතීක ලිංගික ලක්ෂණ ඇතිවීමේ වෙනස්කම් වලට හේතු වේ.

නව යෞවන අවධියෙහි ඇතිවන වර්ධනය හා සම්බන්ධ ව සිදු වන වෙනස් වීම් විමසා බලමු.

කායික වර්ධනය

මෙම අවධියේ දී සිරුරේ සෑම කොටසක් ම එකම වේගයකින් වර්ධනය නොවේ.

- අත් පා කදට වඩා වේගයෙන් වර්ධනය වීම.
- ශරීර කොටස් අතර අනුපාතය අසමාන වීම.
- අස්ථි ඝනත්වයෙන් වැඩි වීම.
- ගැහැනු ළමුන්ගේ මේද පටක වර්ධනය වැඩිවීම හා පිරිමි ළමුන්ගේ පේශි පටක වර්ධනය වැඩි වීම.
- ළමා ස්වරූපය ක්‍රම ක්‍රමයෙන් වෙනස් වී වැඩිහිටි ස්වරූපයක් ගෙන දීම.

කායික වර්ධනයේ වේගය සලකා බලන කල ගැහැනු හා පිරිමි ළමුන් අතර වෙනස්කම් ඇති බව ඔබ දැක ඇත් ද?

ගැහැනු දරුවන්ගේ වර්ධන නැගීම (ශාරීරික වර්ධන වේගයේ උච්චතම කාලය) ආරම්භ වන්නේ පිරිමි දරුවන්ට පෙර ය. මෙය අවු. 10දී පමණ පටන් ගෙන අවු. 14දී පමණ අවසන් වන අතර, පිරිමි දරුවන්ගේ වර්ධන නැගීම ආරම්භ වන්නේ මීට වඩා අවු. 2ක් පමණ පසුව ය. සාමාන්‍යයෙන් අවු. 10ක් වන දුරියක එම වයසේ පිරිමි ළමයෙකුට වඩා ප්‍රමාණයෙන් විශාල වේ. එහෙත් අවු. 18 පමණ වනවිට සාමාන්‍යයෙන් පිරිමි ළමයා ශරීර ප්‍රමාණයෙන් ගැහැනු ළමුන් අබිබවා සිටිති. මෙම වෙනස්කම් ජීවිත කාලය පුරා ම රඳා පවතී.

සිරුරේ ශීඝ්‍ර ව ඇතිවන මෙම වෙනස්වීම්වලට හැඩ ගැසීමට බොහෝ විට නව යෞවනයන් මානසික ව සුදානම් නැත. සිරුරේ අභ්‍යන්තර මෙන් ම බාහිර වෙනස්කම් පිළිබඳ නිවැරදි දැනුම හා ආකල්ප ගොඩනැගී නොතිබීම ඔවුන්ට ගැටලුකාරී තත්ත්වවලට මුහුණ දීමට හේතු විය හැකි ය. එමෙන් ම විටක වැඩිහිටියෙකු ලෙසත් විටෙක ළමයෙකු ලෙසත් සමාජය ඔවුන් පිළිගැනීමට පෙලඹේ. මෙවැනි හේතූන් මත ඇතැම් නව යෞවනියන්ට ඒ අනුව හැඩ ගැසීමට ඇති අපහසුතාව මත විවිධ අක්‍රමතා මෙන් ම ගැටලුවලට මුහුණ පෑමට සිදුවේ.

මානසික වර්ධනය

තම අවට වෙනස් වන පරිසරයට පහසුවෙන් අනුගත වීමේ හැකියාව මානසික වර්ධනය තුළින් සිදුවන්නකි.

නොමිලේ බෙදාහැරීම පිණිසයි

ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී ක්‍රියාමාර්ගයේ බුද්ධිමය හැකියා හා නිර්මාණ කුසලතා වර්ධනය කර ගැනීමේ හැකියාව මානසික වර්ධනය ලෙස හඳුන්වයි.

මානසික වර්ධනය, බාහිර ව පෙන්නුම් කරන ලක්ෂණ කිහිපයක් පහත දැක්වේ.

- ගැටලු විසඳීමේ හැකියාව.
- තර්කානුකූල චින්තනය.
- නිර්මාණශීලී බව.
- නිරවුල් ව අදහස් ප්‍රකාශ කිරීමේ හැකියාව.
- ප්‍රතිඵල ගැන සිතා තීරණ ගැනීමේ හැකියාව.
- නායකත්වය දැරීමට ඇති හැකියාව.
- අවස්ථාවෝචිත ව හැසිරීමේ දක්ෂතාව.

මානසික වර්ධනයේ සිදු වන මෙවැනි ලක්ෂණ ප්‍රගුණ කිරීම සඳහා දෙමව්පියන් සහ වැඩිහිටියන් අවස්ථා සලසා දීම ඉතා වැදගත් ය.

සමාජයීය වර්ධනය

උත්පත්තියේදී ආත්ම කේන්ද්‍රීය වන පුද්ගලයා කෙමෙන් වැඩෙත් ම සමාජ කේන්ද්‍රීය බවක් පෙන්නුම් කරයි. නව යොවුන් විය අවසන් වත්ම මොහු මෙම සමාජ කේන්ද්‍රීය බව වැඩි දියුණු කර ගැනීමට උත්සාහ දරයි. මෙහි ප්‍රතිඵලයක් ලෙස,

- සමාජය තුළ මනා සම්බන්ධතා ගොඩනගා ගැනීම.
- ස්වීයත්වයක් ගොඩනගා ගැනීම.
- ස්වාධීනත්වය කරා යාම, පෙන්නුම් කරයි.

නව යෞවන අවධියේ සිදුවන සමාජයීය වර්ධනය පහත දැක්වෙන ලක්ෂණ වලින් පිළිබිඹු වෙයි.

- සම වයස් ඇසුර කෙරෙහි ඇති ළැදියාව
- විරාහිවන්දනය
- විරුද්ධ ලිංගිකයන් කෙරෙහි දක්වන ආකර්ෂණය
- කැපී පෙනීමට උත්සාහ කිරීම
- රංචු ළැදියාව

නව යෞවන සමයේ පෙන්වන මෙම හැසිරීම් රටා බොහෝ විට ස්ථාවර නොවන බවත්, යොවුන් වියෙන් වැඩිහිටි වියට පිය නගන විට සමහරක් මගහැරී යන බවත්, යෞවනයින් මෙම ලක්ෂණ පිළිබිඹු කරන ආකාරය පුද්ගලයාගෙන් පුද්ගලයාට වෙනස් වන බවත් අවධාරණය කළ යුතු වේ.

චිත්තවේගී හෙවත් භාවික වර්ධනය

ළදරුවියේ දී හඳුනාගත් චිත්තවේග සීමිත අතර ඒවා පාලනය කිරීමේ හැකියාව අඩුවත්, ඒවාට ප්‍රතිචාර දැක්වීම ඉතා වේගවත් බවත් ඔබ අධ්‍යයනය කර ඇත.

උද :- මුල් ළමා වියේ දී පෙන්නුම් කෝපාවේගය

ළමාවියට එළඹෙත් ම මෙම තත්ත්වය කෙමෙන් අඩුවේ. නමුත් නව යොවුන්වියට පත්වන දරුවා චිත්තවේග පාලනයේ ගැටලුකාරී බවක් පෙන්නුම් කරයි. වැඩිහිටියෙකුට ඇති සියලු ම චිත්තවේග (ලිංගික හැඟීම් ද ඇතුළු ව) නව යොවුන් දරුවා සතු ය.

යොවුන් වියේ චිත්තවේග ප්‍රකාශනයෙහි ස්වභාවය

- ක්ෂණික බව - විවිධ භාවික පාලනය අඩු බැවින් ප්‍රතිචාර සෘජු ව ප්‍රකාශ කරයි.
- තිවු බව - විවිධ භාවිකයන් කෙරෙහි ප්‍රතිචාර ප්‍රබල ලෙස දක්වයි.

මෙම ලක්ෂණ නිසා නව යෞවනයා විවිධ ආවේගශීලී හැසිරීම් රටා පිළිබිඹු කිරීමට පෙලඹේ. එහෙයින් දෙමව්පියන් සහ වැඩිහිටියන් නව යොවුන් අවධියේ දරුවන්ගේ චිත්තවේග පාලනය කර ගැනීමට සහාය දීම වැදගත් ය.

නව යොවුන් අවධිය 'පරිවර්තන කාලපරිච්ඡේදයක්' වන නිසාත් මෙම වියේ පසුවන දරුවා ශිෂ්‍ය වර්ධනයකට මුහුණ දෙන නිසාත් ඔහු තුළ සංකීර්ණ කැලඹිලි, ගැටුම් සහ අසහන තත්ත්ව නිරායාසයෙන් ම හටගනී. ඒවාට සාර්ථක ලෙස මුහුණ දීම සඳහා සමාජ පරිසරයෙන් ලැබෙන සහාය ඉතා වැදගත් ය. මෙම සහාය නොලැබී ගියහොත් ඔහු දුස්සමාහිත දරුවකු වුව ද විය හැකි ය. ඒ ඒ වයසට අනුව සමාජයේ අනුමත හැසිරීම් රටාවලට අනුගත වීමේ නොහැකියාව දුස්සමාහිත බව ලෙස හැඳින්වේ. සෑම දරුවකු ම තම ගැටලු විසඳාගැනීමට උදව් ලබා ගත හැකි විස්වාසවන්ත වැඩිහිටියෙකු හඳුනා ගත යුතු ය.

මෙම සියලු වර්ධන වෙනස්වීම්වලට හොඳින් මුහුණ දීමට අවශ්‍ය අත්දැකීම්, පරිණතභාවය හෝ දැනුම නව යෞවනයාට නොමැත. මේ නිසා ඔහු අවට සිටින වැඩිහිටියන් විශේෂයෙන් දෙමව්පියන්, ගුරුවරුන් මහත් අවබෝධයකින් සහ ඉවසීමකින් යුතුව මෙම වයසේ පසුවන්නන් දෙස බැලිය යුතු ය. එපරිදීම නව යොවුන් අවශ්‍යතා හඳුනා ගත යුතු ය.

සාරාංශය

නව යෞවන අවධිය හෙවත් නව යොවුන් විය ලෙස සැලකෙන්නේ වයස අවු. 10 සිට 19 දක්වා කාලය වේ. මෙය මුල් යොවුන්විය, මැද යොවුන්විය සහ පසු යොවුන්විය ලෙස අවධි 3කට බෙදා දක්වා ඇත. නව යොවුන් අවධිය ශිෂ්‍ය කායික වෙනස්වීම් ඇතිවන අභියෝගාත්මක ලක්ෂණ පෙන්නුම් කරන අවධියකි. නව යොවුන් විය අවසන් වත් ම ශරීර ප්‍රමාණය, අනුපාතය හා හැඩය බොහෝ දුරට වැඩිහිටි ස්වාභාවයකට ළං වේ. චිත්තවේග ප්‍රකාශනයේ වෙනස්වීම් ඉතා තීව්‍ර ලෙස පෙන්නුම් කරන අවධියකි. නව යොවුන් විය තුළ ශිෂ්‍ය සමාජ සංවර්ධනයක් පිළිබිඹු කරයි.

අභ්‍යාස 12.1

1. නව යොවුන් අවධිය අර්ථ දක්වන්න.
2. යෞවනෝදය හඳුන්වන්න.
3. නව යොවුන් වියේ ගැහැනු හා පිරිමි ළමුන් තුළ දැකිය හැකි ද්විතියික ලිංගික ලක්ෂණ සඳහන් කරන්න.
4. නව 'යොවුන් විය' තුළ සිදුවන කායික වර්ධනය කෙරෙහි විවිධ කරුණු බලපායි. විමසන්න.
5. 'සමවයස් ඇසුර' නව යෞවනයකුගේ හැසිරීම් රටාව කෙරෙහි දක්වන බලපෑම සාකච්ඡා කරන්න.