12 கட்டிளமைப்பருவம்

ஒருவரது வாழ்க்கை வட்டத்தில் மிக முக்கியமானதொரு கட்டமாக கட்டிளமைப் பருவத்தைக் குறிப்பிடலாம். இது குழந்தைப்பருவத்தின் பின்னர் வாழ்க்கை வட்டத்தில் மிக முக்கிய துரித வளர்ச்சி வேகத்தைப் பிரதிப்பலிக்கும் பருவமாகும். இப் பருவத்திற்குரிய வயதெல்லை பல்வேறு முறைகளில் கூறப்பட்டாலும் பொதுவாக இது 10 வயது முதல் 19 வயது வரையான காலப்பகுதியாகக் கொள்ளப்படுகிறது. எனினும் உலக சுகாதார தாபனத்தின் கூற்றுப்படி 10 - 24 வரையான காலம் கட்டிளமைப் பருவம் எனப்படும். யௌவன காலப்பகுதியான பூப்படையும் பருவம் கட்டிளமைப்பருவத்தின் ஒரு திருப்பம் என்பதுடன் மானிட விருத்தியின் மாற்றமுறும் ஒரு கால கட்டத்தின் ஆரம்ப கட்டம் எனவும் குறிப்பிடலாம். இவ்வாறு கூறுவதற்கு காரணம் பிள்ளைப்பருவத்திற்கும் வளர்ந்தோர் பருவத்திற்கும் இடைப்பட்ட பருவகாலம் என்பதனால் ஆகும்.

வயது 10 - 13 வரை முன் கட்டிளமைப் பருவம்.
வயது 14 - 16 வரை நடுத்தரக் கட்டிளமைப்பருவம்.
வயது 17 - 19 வரை பின் கட்டிளமைப்பருவம்.

யௌவனம் எனப்படும் இளமை உதயமாதல் முன் கட்டிளமைப்பருவத்தில் வெளிப்படக்கூடிய மிக முக்கிய அம்சங்களாகும். முன்கட்டிளமைப்பருவத்தில் துணைப்பால் இயல்புகள் தெளிவாகத் தென்படும். ஒரு பெண் பிள்ளையின் முதல் மாதவிடாய் ஏற்படுவதும் ஆண் பிள்ளையின் முதல் விந்து வெளியேறுவதும் வதும் முன் கட்டிளமைப்பருவத்திலாகும்.

இக்கால கட்டத்தில் ஒருவரின் வாழ்க்கைக் கட்டத்தில் உடல், உள, சமூக ரீதியான மற்றும் மனஎழுச்சி தொடர்பாகவும் மிகவேகமான மாற்றங்கள் ஏற்படுகின்றன. பிள்ளையின் உடல், உள, பழக்க வழக்கங்களில் இருந்து அடுத்த கட்டத்திற்குரிய உடல், உள, மாற்றங்களுக்கும், மற்றும் முதிர்ச்சியான செயற்பாடுகளுக்கும், மனவெழுச்சி களுக்கும் வளர்ச்சியுறும் காலமாக இது அமைகின்றது.

பிள்ளைப்பருவத்தில் மந்த கதியில் ஒரே விதமாக வளர்ச்சியடைந்து வந்த உடல், இப்பருவத்தின் பிற்பகுதியாகிய முன் கட்டிளமைப்பருவத்தின் ஆரம்பத்தில் மிகத்துரிதமாக வளர்ச்சியடைய ஆரம்பிக்கின்றது. வெளித்தோற்றத்திலும் மாற்றம் ஏற்படுவதற்கு உடலினுள்ளே ஏற்படும் மாற்றங்களும் நேரடியாகவே செல்வாக்குச் செலுத்துகின்றன. உதாரணமாக, ஆண், பெண் வெளித்தோற்ற மாற்றத்திற்கு பாலியல் ஓமோன்களின் சுரப்பு முக்கிய காரணமாகும். ஈஸ்ட்ரஜன் மற்றும் புரோஜெஸ்ட்ரோன் ஆகியன பெண்பாலியல் ஓமோனாகவும், தெஸ்தெஸ்ரோன் ஆண்பாலியல் ஓமோனாகவும் காணப்படுகின்றது.

பிட்டியூட்டரி சுரப்பி (கபச் சுரப்பி)

இனப்பெருக்க உறுப்புக்களுடன் சம்பந்தப்பட்ட ஓமோன்களின் சுரப்பு, மூளையின் பிட்டியூட்டரி சுரப்பியினால் சுரக்கின்ற ஓமோனுக்கு ஒரு வித தாக்கத்தை ஏற்படுத்துகின்றது. ஒரு பிள்ளையின் ஆரம்ப பாலியல் இலட்சணங்களுக்குப் புறம்பாக கட்டிளமைப் பருவத்தின் ஆரம்பத்துடனே துணைப் பாலியல் இயல்புகள் வெளிப்படுவதும் இந்த ஓமோன்களில் தாக்கத்தினாலாகும்.

முதல் பாலியல்புகள்

கட்டிளமைப்பருவத்தின் ஆரம்பத்துடன் பாலியல் ஓமோன்களின் தாக்கத்தினால் ஏற்படுகின்ற இனப்பெருக்க உறுப்புக்களின் துரித வளர்ச்சி முதல் பாலியல்புகளாகக் கொள்ளப்படும்

உதாரணம் - சூலகம், கருப்பை ஆகியவற்றின் விருத்தி
விதைப்பை, விதை ஆகியவற்றின் விருத்தி

துணைப்பாலியல்புகள்

முதல் பாலியல்புகளை வெளிப்படையாகக் காட்டப்படும் அறிகுறிகள் துணைப்பாலியல்புகள் எனப்படும். ஆண், பெண் இரு பாலாருக்கும் பொதுவான இயல்புகள் காணப்படுவதுடன் சிறப்பான வேறு இலட்சணங்களும் காணப்படுகின்றன.

- உடல் அமைப்பில் மாற்றம்.
- எடை அதிகரித்தல்.
- உயரம் அதிகரித்தல்.
- பாலியல் உறுப்புக்களைச் சுற்றி மற்றும் அக்குளில் மயிர் முளைத்தல்.
- பிள்ளைப்பருவத்தில் காணப்படாத சில வெளிப்படையான விசேட இயல்புகள் பொதுவான இயல்புகளாகும்.

ஆண், பெண் என்ற அடிப்படையில் ஏற்படுகின்ற துணைப் பாலியல் இயல்புகளை கீழ் வருமாறு வகைப்படுத்தலாம்.

பெண்	ஆண்
• மார்பகங்கள் பருத்தல் • இடுப்பு அகலமாகுதல். • குரல் இனிமையாதல் • யோனிச் சுரப்பு • பாலியல் உறுப்புகளைச் சுற்றியும் அக்குளிலும் மயிர் முளைத்தல். • உயரம் எடை அதிகரித்தல்	• தசைபிண்டங்கள் வளர்ச்சி. • தோள்கள் அகலமாகுதல். • குரல்வளை முடிச்சு வெளியே தள்ளிக் காணப்படுதல். மற்றும் குரலில் மாற்றம். • விந்து உற்பத்தி • பாலியல் உறுப்புக்கள் முதிர்ச்சியடைதல் • பாலியல் உறுப்புகளைச் சுற்றியும் அக்குளிலும் மயிர் முளைத்தல். • மீசை தாடி முளைத்தல். • எடையும் உயரமும் அதிகரித்தல்

இவ்வாறான அறிகுறிகள் தென்படுதல் ஆளுக்காள் வித்தியாசமாகக் காணப்படுவதுடன் குறித்த ஒரு வயதில் அவை தென்படாது என்பதையும் கருத்திற்கொள்ள வேண்டும்.

சம வயதுடைய ஆண், பெண் பிள்ளைகள் மத்தியில் மேற்கூறப்பட்ட உடலியல் மாற்றங்கள் ஒரே விதமாக இல்லாததற்கு முக்கிய காரணம் ஓமோன்களின் தொழிற்பாடுகளேயாகும். போசாக்கு முறை, பரம்பரையாக இருந்து வரக்கூடிய தாக்கங்கள், மற்றும் ஏனைய காரணிகள் பிள்ளைகளினுள் துணைப் பாலியல் மாற்றங்களை ஏற்படுத்துவதற்கான காரணங்களாக அமைகின்றன.

கட்டிளமைப் பருவத்தின் போது ஏற்படக் கூடிய விருத்திகள் தொடர்பான மாற்றங்கள் பற்றி ஆராய்ந்து பார்ப்போம்.

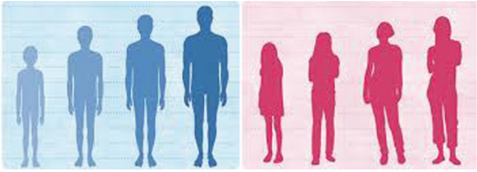
உடல் விருத்தி

இப்பருவத்தில் உடலின் எல்லா உறுப்புகளும் ஒரே வேகத்தில் வளர்ச்சியடைய மாட்டாது.

- கை, கால்கள் உடலை விட வேகமாக வளரும்.
- உடலுறுப்புக்களின் அளவு சீரற்றதாகக் காணப்படும்.
- எலும்புகளின் அடர்த்தி அதிகரிக்கும்.
- பெண்களின் கொழுப்புத் திசுக்களின் விருத்தி துரிதமடைவதுடன் ஆண்களின் தசைநார்களின் வளர்ச்சியும் துரிதமடையும்.
- பிள்ளைத் தோற்றம் படிப்படியாக மாற்றமடைந்து வளர்ந்தோருக்கான தோற்றம் ஏற்படும்.

உடலமைப்பின் விருத்தியை ஆராயும் போது ஆண் பிள்ளைகளிலும் பெண் பிள்ளைகளிலும் வேறுபாடுகள் உள்ளதை நீங்கள் அவதானித்துள்ளீர்களா?

பெண் பிள்ளைகளின் வளர்ச்சியில் அதிகரிப்பு (உடல் விருத்தி வேகத்தின் உச்ச கட்டம்) ஆண்களின் விருத்திக்கு முன்னரே ஆரம்பித்து விடுகின்றது. பெண்பிள்ளையின் விருத்தி வேகம் 10 வயதில் ஆரம்பித்து 14 வயதில் முடியும் போது ஆண் பிள்ளையின் விருத்தி வேகம் அதற்கு 2 வருடங்கள் பின்னரே (12 வயதில்) ஆரம்பிக்கின்றது. பொதுவாக 10 வயதுள்ள பெண்பிள்ளையின் உடல்வளர்ச்சி அதே வயதுள்ள ஆண் பிள்ளையின் உடற்பருமனைவிட அதிகமாகவே வளர்ச்சி கொண்டதாக இருக்கும். எனினும் பொதுவாக ஆண்பிள்ளை 18 வயதை அடையும் போது அவர்களின் வளர்ச்சி அதே வயதுடைய பெண்பிள்ளையின் வளர்ச்சியை விடவும் அதிகமாகவிருக்கும். இம்மாற்றங்களின் வேகம் வாழ்நாள் முழுவதும் நிலைத்துக் காணப்படும்.



பெரும்பாலும் கட்டிளமைப் பருவத்தினரின் உடலில் ஏற்படும் இத்துரித மாற்றங்களுக்குத் தம்மை இசைவாக்கமடையச் செய்து கொள்வதற்குரிய உள நிலையைத் ஏற்படுத்திக் கொள்வதில்லை. உடலின் உள்ளக மற்றும் வெளிப்புற மாற்றங்கள் சம்பந்தமான சரியான அறிவு மற்றும் மனப்பாங்குகளைத் தமக்குள் ஏற்படுத்திக் கொள்ளாமை அவர்கள் சிக்கலான நிலமைக்கு முகம் கொடுப்பதற்குக் காரணமாக அமைகிறது. மேலும் சமுதாயம் அவர்களை ஒரு சந்தர்ப்பத்தில் சிறியவர்களாகவும் மற்றொரு சந்தர்ப்பத்தில் வளந்தோராகவும் ஏற்றுக் கொள்கின்றது. இவ்வாறான சந்தர்ப்பங்களில் சில இளைஞர்களும், யுவதிகளும் தம்மை இசைவு படுத்துவதிலுள்ள சிரமம் காரணமாக பல உடலியல், உளவியல் பிரச்சனைகளுக்கு மற்றும் சிக்கல்களுக்கு முகம் கொடுக்க நேரிடுகின்றது.

உள விருத்தி

தம்மைச் சுற்றியுள்ள சூழலுக்கு இசைவாக்கம் அடைதல் உளவளர்ச்சி மூலம் இடம் பெறுவதாகும்.

அறிதல் ஆட்சியின் அறிவுத் திறன் மற்றும் படைப்புத் திறனை விருத்தி செய்து கொள்ளும் திறமை உள விருத்தி எனப்படும்.

உளவிருத்தியை வெளிக்காட்டும் இலட்சணங்கள் பல கீழே தரப்பட்டுள்ளன.

- பிரச்சனைகளைத் தீர்க்கும் திறன்
- தர்க்க ரீதியான சிந்தனை
- ஆக்கத்திறன்
- முரண்பாடற்ற தெளிவான கருத்துக்களை வெளியிடும் திறன்
- முடிவெடுக்கும் திறன்
- தலைமைத்துவத்தை ஏற்கக் கூடிய ஆற்றல்
- சந்தர்ப்பத்திற்கு ஏற்ப செயற்படும் திறன்

உள விருத்தியில் ஏற்படக் கூடிய இவ்வாறான திறன்களை மேம்படுத்துவதற்கு பெற்றோர் மற்றும் பெரியோர் இவர்களுக்கு சந்தர்ப்பங்களை ஏற்படுத்திக் கொடுத்தல் அவசியமாகின்றது.

சமூக விருத்தி

பிறப்பிலிருந்து தன்னைப்பற்றிய சிந்தனையில் இருந்த மனிதன் படிப்படியாக வளர்ச்சியுறும் போது சமூகத்தை மையமாகக் கொண்டு சிந்திக்க ஆரம்பிக்கின்றான். முன் கட்டிளமைப் பருவம் நிறைவுறும் போது சமூகத்தை மையமாக்கிக் கொண்ட விருத்தியை மேம்படுத்த முயற்சிக்கின்றான். இதன் விளைவாக,

- சமூகத்தினுள் சிறந்த தொடர்பை கட்டியெழுப்புதல்.
- தன்னாற்றலை விருத்தி செய்தல்.
- சுதந்திரமாக செயற்படுவதை வெளிக்காட்டுதல்.
- கட்டிளம் பருவத்தில் ஏற்படுகின்ற சமூக விருத்தி கீழ் வரும் இயல்புகளை வெளிக்காட்டுகின்றது.
- சம வயதினருடன் தொடர்பு கொள்வதில் ஈடுபாடு.
- வீர வணக்கம்.
- எதிர் பாலாரிடம் ஆர்வம் காட்டுதல்.
- முன்னிலைப்படுவதில் ஆர்வம்.
- குழுக்களாக இருத்தலில் ஆர்வம் காட்டுதல்.

கட்டிளமைப் பருவத்தில் வெளிக்காட்டுகின்ற இவ்வாறான நடத்தைகள் அநேகமாக உறுதியாக இருப்பதில்லை என்பதுடன் இப்பருவத்திலிருந்து வளந்தோர் பருவத்தையடையும் போது சில நடத்தைகள் விடுபட்டுப் போவதுடன் கட்டிளமைப் பருவத்தினர் இந் நடத்தைகளை வெளிப்படுத்தும் விதம் ஆளுக்காள் வேறுபடுகின்றது. என்பதையும் கவனம் செலுத்துதல் வேண்டும்.

மனவெழுச்சி விருத்தி

குழந்தைப் பருவத்திலும், முன் பிள்ளைப் பருவத்திலும் காணப்படும் மனவெழுச்சி வரையறுக்கப்பட்டதெனினும் அவற்றைக் கட்டுப்படுத்திக் கொள்ளும் ஆற்றல் குறைவாக இருப்பதுடன் தமது உணர்வுகளை வெளிக்காட்டும் தன்மை வேகமானது என்பதனையும் நீங்கள் கற்றிருக்கின்றீர்கள்.

உதாரணமாக : முன்பிள்ளைப் பருவத்தில் காட்டுகின்ற கோபாவேசம்.

பிள்ளைப் பருவத்தை அடைந்ததும் இம்மனநிலை படிப்படியாகக் குறைந்து விடும். ஆனால் கட்டிளமைப் பருவத்தை அடையும் போது மனவெழுச்சிக் கட்டுப்பாட்டில் சற்று பிரச்சனைக்குரியவராகக் காணப்படுவர். வளர்ந்தோருக் குரிய சகல மனவெழுச்சிப் பண்புகளும் (பாலியல்புகளும்) முன்கட்டிளமைப் பிள்ளையில் காணப்படும்.

கட்டிளமைப் பருவ மனவெழுச்சி வெளிப்பாட்டின் இயல்புகள்

- விரைவாக - பல்வேறு மனவெழுச்சிக் கட்டுப்பாடுகள் குறைவாக இருப்பதால் துலங்கலை நேரடியாக வெளிப்படுத்துவர்.
- தீவிரமாக - பல்வேறுப்பட்ட உணர்வுகளுக்கான துலங்கல்களில் உறுதியாக இருப்பர்.

இப் பண்புகளின் காரணமாகக் கட்டிளமைப் பருவத்தினர் பல்வேறுப்பட்ட உணர்வுப்பூர்வமான தன்மைகளை வெளிப்படுத்த ஆரம்பிப்பர். ஆகையால் பெற்றோரும், பெரியோர்களும் அவர்களது கட்டிளமைப்பருவ மனவெழுச்சியைக் கட்டுப்படுத்துவதற்காக ஒத்துழைப்பு வழங்குதல் மிக முக்கியமாகும்.

கட்டிளமைப்பருவம் ‘‘நிலைமாறும் காலப்பகுதி’’ என்பதனாலும் இப்பருவத்தி லுள்ள பிள்ளைகள் துரித விருத்திக்கு உட்படுத்துவதாலும் அவர்களின் சிக்கலான பிரச்சனைகள், தாக்கங்கள், நிம்மதியற்ற நிலைமை என்பன பொதுவாகவே ஏற்படும். அவற்றினை வெற்றிகரமாக எதிர்கொள்வதற்காக சமூகச் சூழலிலிருந்து கிடைக்கும் ஒத்துழைப்பு மிக முக்கியமானதாகும். இவ் ஒத்துழைப்பு கிடைக்காவிடின் அவர் ஒரு நெறிபிறள்வு பிள்ளையாக மாறிவிடலாம்.

ஒவ்வொரு வயதினடிப்படையிலும் சமூகத்தில் அங்கீகரிக்கப்பட்ட நடத்தைக் கோலத்துக்கு இசைவாக்கமடையமுடியாத நிலையையே நெறிபிறள்வான பிள்ளைகள் எனக் கூறுவர்.

இவ்வாறான அனைத்து விருத்தி மாற்றங்களுக்கும் முகங்கொடுக்க தேவையான அனுபவ முதிர்ச்சி அல்லது அறிவு இளஞர்களிடம் காணப்படுவதில்லை. ஆதலால் அவரைச் சுற்றியுள்ள பெரியோர்கள் விசேடமாக பெற்றோர், ஆசிரியர்கள் புரிந்துணர்வோடும் பொறுமையோடும் இவ்வயதினரை அணுகுதல் வேண்டும்.

மேலும் அவர்களின் தேவைகளையும் இனங்காண வேண்டும்.

பொழிப்பு

- கட்டிளமைப் பருவம் எனப்படுகின்ற இளம் பருவமாகக் கணிப்பது 10 முதல் 21 வயது வரையிலான காலமாகும். இது முன் கட்டிளமைப் பருவம், நடுக் கட்டிளமைப்பருவம், பின் கட்டிளமைப்பருவம் என மூன்று பிரிவுகளாகப் பிரிக்கப்பட்டுள்ளன.
- இது விரைவான உடல் விருத்தி மாற்றங்கள் ஏற்படுத்துகின்ற சவால்களை வெளிக்காட்டுகின்ற பருவமாகும். கட்டிளமைப் பருவம் முடிவடையும் போதே உடலின் பருமன், அளவு மற்றும் உருவம் ஆகியவை அநேகமாக வளந்தவர்களில் அளவுகேற்ப மாற்றம் அடைகின்றது.
- மனவெழுச்சி வெளிப்பாட்டின் மாற்றம் மிகத்தீவிரமாக வெளிப் படுத்தப்படுகின்ற பருவமாகும்.
- கட்டிளமைப்பருவத்தில் சமூக விருத்திகள் துரிதமாக வெளிக்காட்டப் படுகின்றன.

கணிப்பீடு

1. கட்டிளமைப் பருவம் என்பதனை வரைவிலக்கணப்படுத்துக.
2. யௌவனோதயம் என்பதால் யாது விளங்கிக்கொள்கிறீர்கள்?
3. கட்டிளமைப் பருவ ஆண் பெண்களில் காணக்கூடிய துணைப்பாலியல் புகளைக் குறிப்பிடுக.
4. கட்டிளமைப் பருவத்தில் ஏற்படக் கூடிய உடலியல் விருத்தியில் பல விடயங்கள் தாக்கத்தை ஏற்படுத்துகின்றன. அதனை விளக்கவும்.
5. சம வயதினருடனான தொடர்பினால் இளைஞர் ஒருவரின் நடத்தைக் கோலத்தில் ஏற்படக்கூடிய தாக்கம் பற்றிக் கலந்தாலோசிக்கவும்.