

அத்தியாயம் 1

இளமையை அறிந்து கொள்வோம்



இளமை அழகானது, அது குழந்தைப் பருவத்திற்கும் வயது வந்த பருவத்திற்கும் இடைப்பட்ட காலத்தைக் குறிக்கிறது.



அழகான இளயவர்கள்



இளமையை அறிந்து கொள்வோம்

இளமைப் பருவம் - 10-24 வயது

- ❖ யவ்வனப் பருவம் – 10- 19 வயது
- ❖ இளைஞர்கள்/ யுவதிகள் - 15-24 வயது



இளமைப் பருவத்தில் ஏற்படுகின்ற மாற்றங்கள்

❖ உடல் ரீதியானவை

❖ உளவியல் ரீதியானவை

**உடல் ரீதியான
மாற்றங்கள்**

இளம் பருவத்தில் ஒருவரின் மூளை
விருத்தி பூரணமடைவதில்லை.

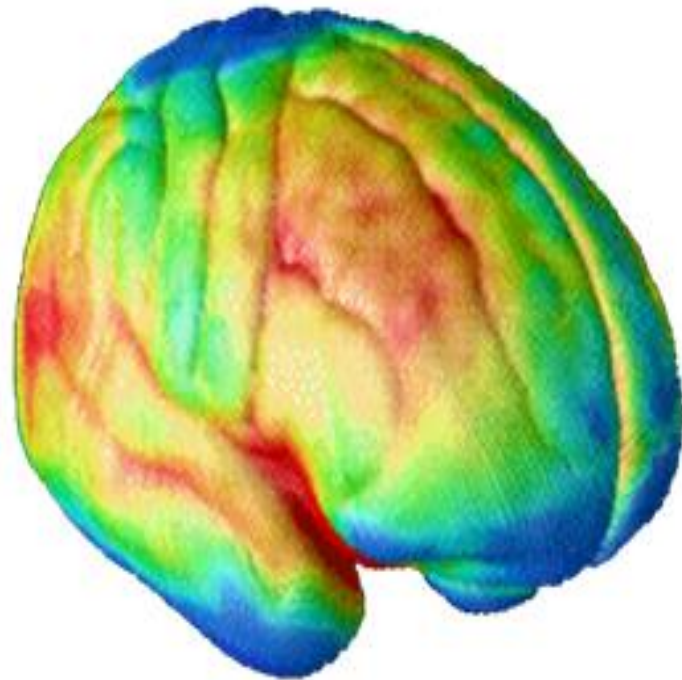
இதனால் அவர்கள் எடுக்கும்
தீர்மானங்கள் விசித்திரமானவை/
பூரணமற்றவை

Brain Development

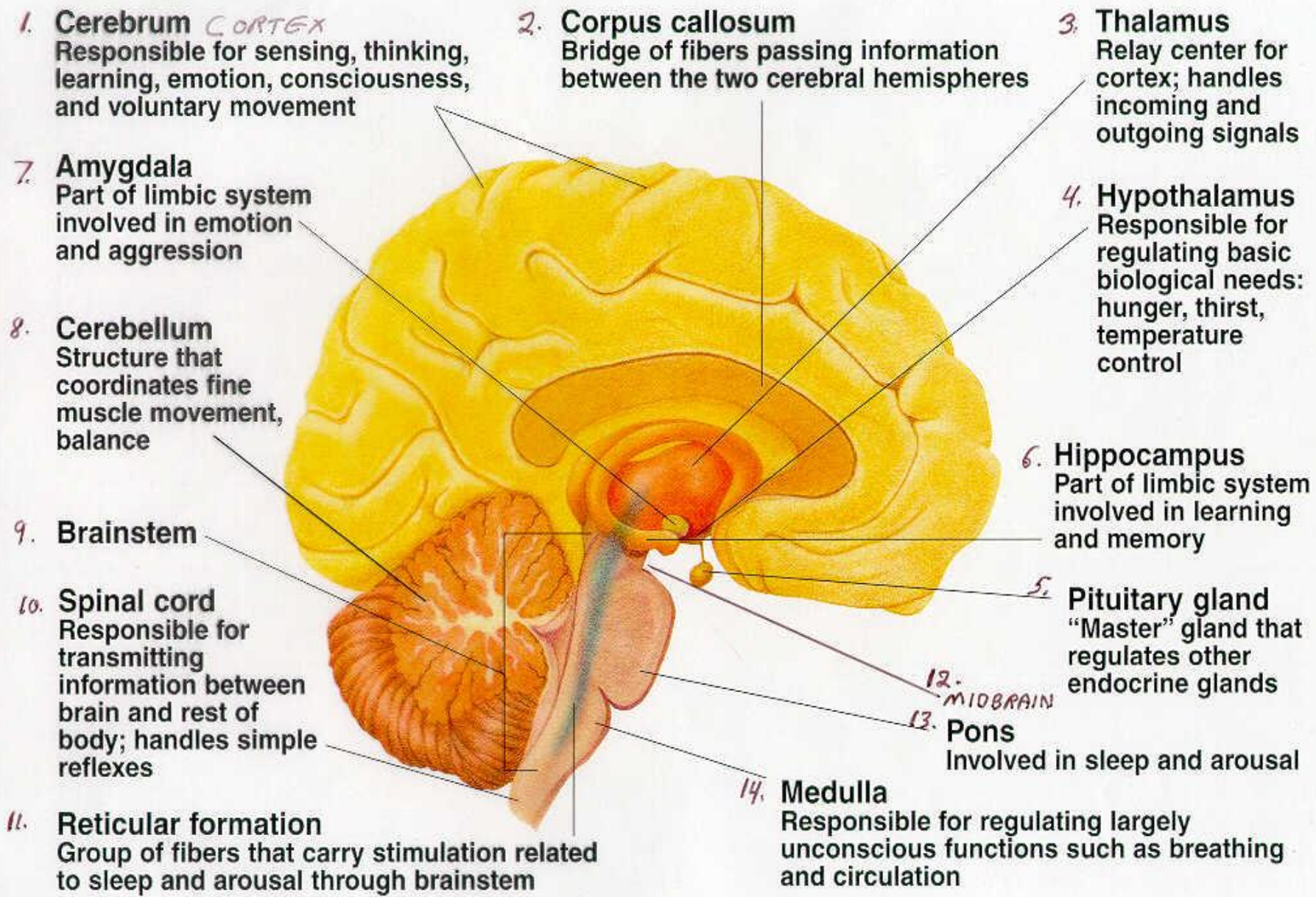
**Maturation Occurs from
Back to Front of the
Brain**

**Images of Brain
Development in Healthy
Youth (Ages 5 – 20)**

**Blue represents
maturing of brain areas**



Source: Gogtay, Giedd, et al., 2004.



Structures and areas in the human brain

உடல் ரீதியான மாற்றங்கள்

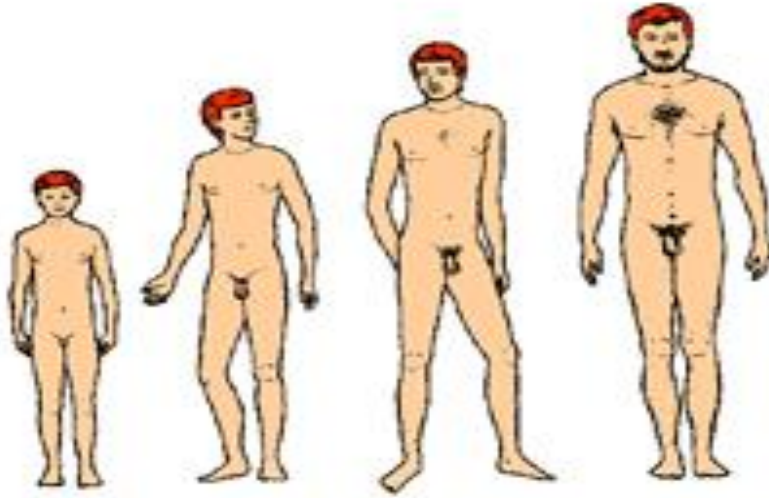
ஆண்கள்

- உடல் உயரம், பருமன் அதிகரித்தல்
- தசைகள் விருத்தியடைதல்
- தோள் பருமனடைதல்
- குரல் மாற்றமடைதல்
- உடலில் முடி வளர்ச்சியடைதல்
- பாலியல் உறுப்புகள் வளர்ச்சியடைதல்
- முகப்பருக்கள் தோன்றுதல்
- விந்து வெளியேறுதல்

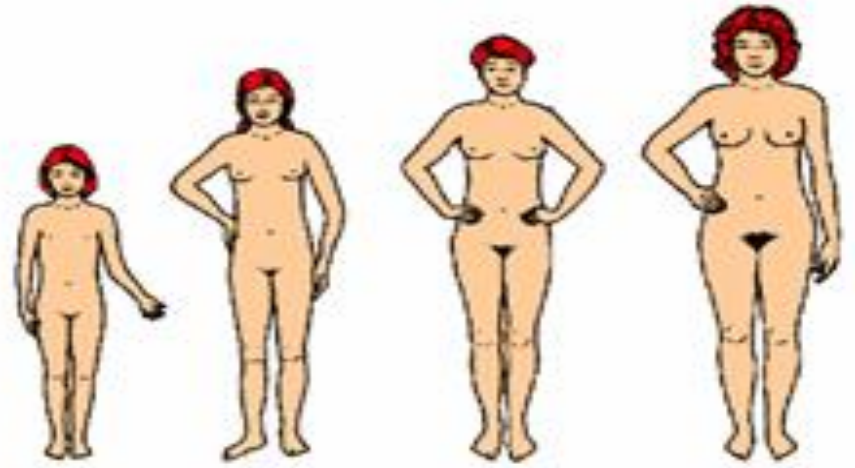
பெண்கள்

- உடல் உயரம், பருமன் அதிகரித்தல்
- மார்பகம் விருத்தியடைதல்
- இடுப்பு பகுதி பருமனடைதல்
- உடலில் முடி வளர்ச்சியடைதல்
- பாலியல் உறுப்புகள் வளர்ச்சியடைதல்
- முகப்பருக்கள் தோன்றுதல்
- யோனி திரவம் வெளியேறுதல்
- மாதவிடாய் ஆரம்பித்தல்

உடல் ரீதியான மாற்றங்கள்



Boys in puberty. Like girls, boys too go through puberty. They get taller, their shoulders get wider, their bodies more muscular, their genital organs develop and they begin to grow hair on their chests, arms, legs, genitals, underarms and faces.



Girls in puberty.

As we go through puberty, our hips get wider. Fat tissue begins to grow around our hips, thighs, and buttocks, giving our bodies a curvier shape. Our breasts begin to swell, and soft nests of hair begin to grow under our arms and on our genitals.

இளமைப் பருவத்தில் ஏற்படுகின்ற உளவியல் ரீதியான மாற்றங்கள்

1. மாற்றங்கள் பற்றிய பதட்டம்

- ❖ உடல் அமைப்பில் ஏற்படுகின்ற திடீர் மாற்றங்கள் பற்றி அதிருப்தி அடைதல்/மற்றவர்களுடன் ஒப்பிடுதல்
- ❖ உடல் ரீதியான திடீர் மாற்றங்கள் பற்றி பதட்டம் அடைதல்
- ❖ உளவியல் ரீதியான திடீர் மாற்றங்கள் பற்றி பதட்டம் அடைதல்
- ❖ மாற்றங்கள் இயற்கையானவையா அல்லது இயற்கைக்குப் புறம்பானவையா என்று அலசி ஆராய்தல்

இளமைப் பருவத்தில் ஏற்படுகின்ற உளவியல் ரீதியான மாற்றங்கள்

2. சுயமாகவும் சுதந்திரமாகவும் சிந்தித்தல்

- ❖ முதியவர்களுக்கும் பெற்றோருக்கும் மதிப்பளிக்காதிருத்தல்
- ❖ முதியவர்களுடனும் பெற்றோருடனும் வாதிடுதல், விமர்சித்தல்
- ❖ சமூக சமத்துவம் பற்றி உரையாடுதல்
- ❖ ஆக்கிரமிப்பு சிந்தனையும் சீர்குலைக்கும் நடத்தையும்
- ❖ புதியவற்றை கண்டுபிடிக்க வேண்டுமென்ற ஆவலும் முயற்சியும்
- ❖ தலமைவகிக்கும் ஆர்வம்
- ❖ புகழ் பெற வேண்டுமென்ற ஆவலும் முயற்சியும்

இளமைப் பருவத்தில் ஏற்படுகின்ற உளவியல் ரீதியான மாற்றங்கள்

3. எரிச்சலூட்டும் நடத்தை

- ❖ முரண்பட்ட கருத்துகளை விரும்புவதில்லை
- ❖ உடனடி நடவடிக்கை எடுக்கும் ஆர்வம்
- ❖ தோல்வியை பரிதாபமாக எதிர்கொள்வார்கள்
- ❖ தோல்வியை இலகுவில் ஏற்றுக்கொள்வார்கள்

இளமைப் பருவத்தில் ஏற்படுகின்ற உளவியல் ரீதியான மாற்றங்கள்

4. எதிர் பாலாரிடம் உள்ள கவர்ச்சி

- ❖ எதிர் பாலாரிடம் கவர்ச்சி ஏற்படும் போது அவர்களே வாழ்க்கை துணையாக இருக்க வேண்டுமென விரும்புவார்கள்
- ❖ உறவுகள் ஏற்படும் போது அதிக எதிபார்ப்புகளுடன் இருப்பார்கள்

பெண்கள்

- ❖ மிக அழகானவற்றை விரும்புதல்,
- ❖ சகிப்புத்தன்மை/பொறுமை
- ❖ சுயநலம்
- ❖ எதிர் காலம் பற்றி கனவுகளும் எதிர்பார்ப்புகளும்

இளமைப் பருவத்தில் ஏற்படுகின்ற பாலியல் பிரச்சனைகளுக்கு காரணங்கள்

- ❖ பாலியல் மற்றும் இனப்பெருக்க சுகாதாரம் பற்றி போதிய அறிவின்மை
- ❖ தகுதியில்லா முறையில் பாலியல் பற்றிய கல்வியை பெறுதல்

இளம் வயதினர் எதிர்நோக்கும் பிரச்சனைகள்

- பாலியல் நோய்கள்
- குடும்ப கட்டுப்பாடு
- குடும்ப மோதல்கள்
- உறவினர்களுடன் பாலியல் தொடர்புகள்
- வன்முறை
- பெற்றோரின் பிரிவு
- பாலியல் தொழில்
- சிறுவர் விபச்சாரம்
- ஒற்றை பெற்றோர் குடும்பங்கள்
- முதியவர்களின் எண்ணிக்கை கூடுதல்
- பெற்றோர் பிள்ளைகளிடையே தகராறு

- தகுதியற்ற கர்ப்பங்கள்
- கருக்கலைப்புகள்
- திருமண வயதில் அதிகரிப்பு
- திருமணத்திற்கு முன்பான உடலுறவுகள்
- ஊட்டச்சத்து சம்பந்தமான பிரச்சனைகள்
- மது/ போதைவஸ்து பழக்கம்

நன்றி

