Dr.S.Thevananthan
M.D.(Col),PG.Dip.H.D.
Consultant Pediatric Psychologist,
Director & CEO,
OSILMO Special Education and
Research Centre

பிள்ளைகளின் நடத்தைகளில் குறைபாடாயின்...

வெளி உலகிற்கு தெரியாது மனதிற்குள் அழுது கொண்டிருக்கும் பெற்றோர்களின் கவனத்திற்கு...

உலகம் முன்னேறி மனிதனும் அவனுடைய கண்டுபிடிப்புக்களும் தொழில்நுட்ப வளர்ச்சியும் முன்னேறிக்கொண்டு மனிதன் வியக்கத்தகு சாதனைகளையும் வரலாறுகளையும் படைத்துக் கொண்டு இருக்கிறான். அதே மனிதனுக்குள் எத்தனையோ பேர் அவர்கள் பெற்ற பிள்ளைகளின் நடத்தைகளால் என்ன செய்வதென அறியாது கலங்கிக் கொண்டு வாழ்க்கையை இழந்தவர்களாக காணப்படுகின்றனர்.

சிறு பராயத்தில் இருந்து பிள்ளைகள் வளர்ந்து வரும் போது அவர்களின் பழக்க வழக்கங்களிலோ அல்லது நடத்தைகளிலோ எத்தனையோ மாறுபட்ட செயற்பாடுகள் காணப்படுகின்றன. இதைப் பற்றி முக்கியமாக பெற்றோர்கள், ஆசிரியர்கள் மட்டுமன்றி ஒவ்வொருவரும் தெரிந்திருத்தல் வேண்டும். இது சமூகத்தின் கட்டாயக் கடமையாகும். அதாவது இவ்வாறு மாறுபட்ட செயற்பாடுகளை உடைய பிள்ளைகளில் எத்தனையோ பேர் பாடசாலைகளிலும், சமூகத்திலும் ஏன் குடும்பத்திலும் கூட ஒதுக்கப்படுகிறார்கள். அது மாத்திரமன்றி பலவித தண்டனைகளுக்கும் ஆளாக்கப்படுகின்றார்கள். எனவே முதலில் பிள்ளைகளின் நடத்தைகளில் காணப்படுகின்ற பிரச்சினைகள் எவை என்பதைப் பார்ப்போம்.

1. அவதானக் குறைவான சுறுசுறுப்பு கூடிய பிள்ளைகள்.

Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)

2. முரட்டுத்தனமான நடத்தைகள் கொண்ட பிள்ளைகள் காரணமாக ஏற்படும் பிரச்சினைகள்.
Oppositional Defiance Disorder (ODD)
3. ஒரே செயலில் தொடர்ந்து ஈடுபடுதல்.
Obsessive Compulsive Disorder (OCD)
4. சமூகத்திற்கு விரோதமான நடத்தைகள்.
Conduct Disorder (CD)
5. அவசியமில்லாத அசைவுகள் அல்லது செயற்பாடுகள் மூலம் ஏற்படும் பிரச்சினைகள்.
Motor Tic Disorder
6. மன அழுத்தம்
Depression
7. பிரிவைத் தாங்க முடியாமை.
Seperation Anxiety Disorder (SAD)
8. சிலவகை நடத்தைகள் காரணமாக ஏற்படும் வலிப்பு
Frontal Lobe Epilepsy
9. அவசியமில்லாத பயங்கள் அல்லது பொய் யான பயம்
Phobic Disorder
10. திடீர் பயங்கள் அல்லது கோபங்கள் காரணமாக ஏற்படும் பிரச்சினைகள்
Anxiety Disorder
11. சரியான உணவு பழக்கங்கள் இல்லாமை
Nutritional Behaviour.

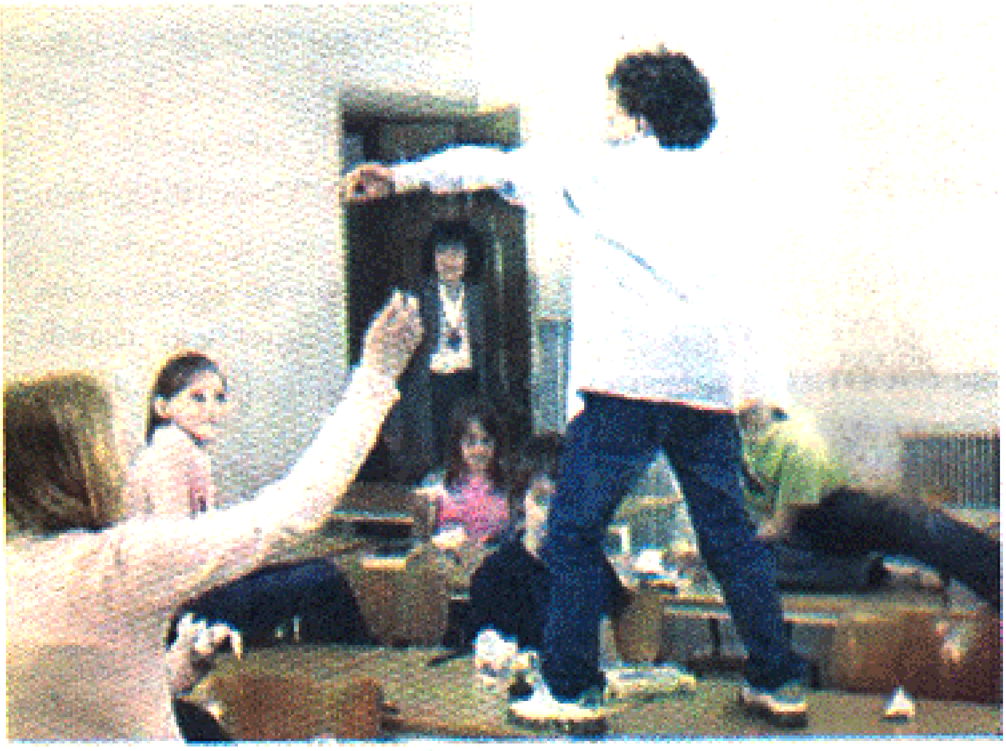
மேற்குறிப்பிட்ட நடத்தைகள் / பிரச்சினைகள் எந்த வயதுடைய பிள்ளைகளிலும் காணப்படலாம். ஆனால் முக்கியமாக முன்னிலைப்பள்ளி (Montessori) மாணவர்களிலும் ஆரம்ப வகுப்பு பிள்ளைகளிலுமே மிகவும் அவதானம் எடுத்தல் வேண்டும். எனவே ஒவ்வொருவரும் முக்கியமாக பெற்றோரும் ஆசிரியர்களும் சிறு வயதிலேயே பிள்ளைகளில் காணப்படுகின்ற குறைபாடுகளைக் கண்டறிந்து தகுந்த வழிமுறைகளை தேடிக் கொள்ளல் வேண்டும். மேலைத்தேய நாடுகளில் இவற்றைப் பற்றிக் கூடுதலான விழிப்புணர்வுகள் உள்ளன. அது மட்டுமன்றி அதற்குரிய தகுந்த வழிமுறைகளும் வகுக்கப்பட்ட வண்ணம் உள்ளன. ஆனால் நம் நாட்டில் இப் பிள்ளைகளை பற்றிய விழிப்புணர்வுகள் மிகவும் குறைவாக இருப்பது மன வருத்தத்திற்கு உரியதாகும்.

இந்த கால கட்டத்தில் ஒவ்வொருவரும் மிக விளக்கமாக அறிந்திருக்க வேண்டிய பிரச்சினைதான் Attention Deficit Hyperactivity

Disorder (ADHD). சரி இப்பொழுது நாம் ADHD என்றால் என்ன? இப் பிள்ளைகள் எவ்வாறான குணம், குறிகளை கொண்டிருப்பார்கள். இதனால் பாதிக்கப்பட்ட பிள்ளைகளிற்கு என்ன செய்யலாம்? இப் பிள்ளைகளை வைத்திருக்கும் பெற்றோர்கள் எவ்வாறு நடந்து கொள்ள வேண்டும்? சமூகம் (ஆசிரியர்கள்) எவ்வாறு இப் பிள்ளைகளுக்கு உதவ முடியும். இப் பிள்ளைகள் எதிர்நோக்கும் பிரச்சினைகள் எவை? ஏன் இப் பிள்ளைகள் மற்ற பிள்ளைகளில் இருந்தும் சமூகத்தில் இருந்தும் ஒதுக்கப்படுகிறார்கள் என்பன பற்றி மிக விளக்கமாக பார்க்க இருக்கின்றோம்.

முக்கியமாக எல்லா பெற்றோர்களும் இதை வாசிக்க வேண்டும் என்று மிகவும் தாழ்மையுடன் கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

ADHD பிள்ளைகளை எடுத்துக் கொண்டால் இவர்கள் உருவத்திலோ அல்லது தோற்றத்திலோ எந்தவித வேறுபாடும் காணப்படாது. இவர்களும் சாதாரண பிள்ளைகளே. இவர்களை பார்த்தவுடன் ஒன்றுமே கூற முடி



யாது. ஆனால் இவர்களின் நடத்தைகளை வைத்தே இவர்களை நாம் இவ்வாறு வேறுபடுத்திப் பார்க்கிறோம். ADHD பிள்ளைகள் என்றால் அவதானக் குறைவான சுறுசுறுப்பு கூடிய பிள்ளைகள் என்று முன் குறிப்பிட்டுள்ளேன். உதாரணமாக உங்கள் பிள்ளைகளின் கால்களிற்கு சில்லு பூட்டி விட்டால் அவர்கள் எவ்வாறு இருப்பார்கள். கற்பனை செய்து பாருங்கள். அவ்வாறே இப் பிள்ளைகள் காணப்படுவர். ADHD பிள்ளைகளின் குணம் குறிகளில் மூன்றை முக்கியமாக குறிப்பிடலாம்.

1. Inattention அவதானக் குறைவு
2. Impulsivity - முரட்டுத்தனமான செயல்கள்
3. Physical Hyperactivity சுறுசுறுப்பு மிகவும் கூடியவர்கள்

இந்தக் குறைபாடு எந்த வயதுடைய பிள்ளைகளிலும் காணப்படலாம். முக்கியமாக பாடசாலைக்குச் செல்லும் பிள்ளைகள் இதனால் மிகவும் பாதிக்கப்பட்டுள்ளார்கள். உலகளாவிய ரீதியில் 3 - 5% பிள்ளைகள் இதன் தாக்கத்திற்கு உள்ளாகி உள்ளனர். அத்துடன் பெண் பிள்ளைகளுடன் ஒப்பிடும் போது ஆண் பிள்ளைகளே கூடுதலாக பாதிக்கப்பட்டுள்ளனர். ஒரு பெண் பிள்ளைக்கு மூன்று தொடக்கம் நான்கு ஆண் பிள்ளைகள் என்ற விகிதாசாரத்தில் காணப்படுகின்றது. இதற்கு முக்கியமாக பெண் பிள்ளைகள் சிறு பராயத்தில் இருந்து கூடுதலாக அமைதியாக வளர்வது இருக்கலாம். ADHD பிள்ளைகள் உருவாவதற்கு சரியான காரணம் இதுவரைக்கும் யாராலும் கண்டுபிடிக்க முடியாத புதிராகவே உள்ளது.

இனி நாம் ADHD பிள்ளைகளின் பழக்கவழக்கங்கள் அல்லது நடத்தைகள் எவ்வாறு இருக்கும் என விளக்கமாக பார்ப்போம்.

1. இப் பிள்ளைகள் காது கேட்காதவர்கள் போல் இருப்பார்கள்.

அதாவது கூப்பிட்டாலோ ஏதாவது சொன்னாலோ ஒன்றுமே கேட்காதவர்கள் போல் அலட்சியமாக இருப்பார்கள். உதாரணமாக காலையில் பாடசாலைக்குச் செல்வதற்கு இவர்களை நித்திரையில் இருந்து எழுப்புவதே ஒரு பெரிய பாடாகும்.

2. இப் பிள்ளைகளால் ஒரு மனதுடன் செயற்பட முடியாது.

இந்த வாசகத்தை எல்லோரும் புரிந்து கொள்ள வேண்டும்

Child is NOT a Problem
Child HAS a Problem

பிள்ளை இங்கு பிரச்சினை இல்லை
பிள்ளைக்கு பிரச்சினை இருக்கிறது

இவர்களால் எந்த ஒரு வேலையையும் சரியாக பொறுமையுடன் செய்ய முடியாது. இதைத் தொடுவார்கள். மறு நிமிடம் அதைத் தொடுவார்கள். இவர்களது மூளை பலதரப்பட்ட செயல்களை சிந்திப்பதனால் ஒன்றையும் சரியாகச் செய்ய முடியாது. இதனால் பாடசாலைகளில் படிப்பில் கவனம் செலுத்த முடியாது போகிறது. அது மாத்திரமன்றி வீட்டு

வேலை (Home Work) கொடுத்தால் அலட்சியத்தன்மையுடன் அதையும் செய்ய மாட்டார்கள். இதன் காரணமாக பாடசாலையில் ஆசிரியர்களிடம் இருந்து முறைப்பாடுகள் வந்த வண்ணமே இருக்கும்.

3. எந்த ஓர் அறிவுரையை பின்பற்ற மாட்டார்கள்.

பாடசாலையிலோ வேறு இடங்களிலோ சொல்லும் அறிவுரைகளை செவிமடுக்க மாட்டார்கள். தாம் நினைப்பதையே செய்ய முயல்வார்கள். அவ்வாறு செய்ய முடியாது போகுமிடத்து ஏதாவது சொல்லி அந்த இடத்தை விட்டு விலக முற்படுவர்.

4. இப் பிள்ளைகளால் தொடர்ந்து ஒரு விடயத்தில் அவதானம் செலுத்த முடியாது.

அதாவது ஒரு வேலை செய்து கொண்டிருக்கும் போது ஏதாவது சத்தம் கேட்டாலோ வேறு ஏதாவது அருகில் தென்பட்டாலோ செய்யும் வேலையை நிறுத்திவிட்டு அவற்றிற்கு அவதானம் செலுத்தத் தொடங்கி விடுவார்கள். உதாரணமாக வகுப்பறையில் படித்துக் கொண்டிருக்கும் போது வெளியில் வாகன சத்தமோ விமான சத்தமோ அல்லது பக்கத்து வகுப்பறையில் ஏதாவது சத்தம் கேட்டால் அதை திரும்பி பார்த்துக் கேட்டுக் கொண்டே இருப்பார்கள். இதே போன்றே வகுப்பறைக்கு வெளியில் யாராவது சென்றாலோ அல்லது ஏதாவது தென்பட்டாலோ அவற்றை உற்று நோக்குவர். இதன் காரணமாக படிக்கும் பாடங்களில் கவனம் செலுத்த முடியாது போகிறது.

5. இப் பிள்ளைகள் அன்றாட வேலைகளை சரியாக செய்ய மாட்டார்கள்

ஞாபக மறதி உள்ளவர்கள் போல் நடந்து கொள்வார்கள். பகல் கனவு காண்பார்கள். சுத்தம் பேண மாட்டார்கள். பாடசாலைக்கு கொண்டு செல்லும் புத்தகம், கொப்பி போன்றவைகள் அழகாக வைத்திருக்க மாட்டார்கள். பென்சில், இரேசர் போன்ற பொருட்களை தொலைத்து விடுவார்கள். ஏன் அவர்கள் அணிந்திருக்கும் சீருடையை கூட கவனிக்க மாட்டார்கள். புத்தகங்களின் உறைகளை கிழிப்பார்கள். ஒற்றைகளை கிழிப்பார்கள். அது மட்டுமன்றி இவர்களது கை எழுத்து அழகாக இருக்காது. ஒரு வசனத்தை முழுமையாக எழுத மாட்டார்கள். எழுத்துப் பிழைகள் காணப்படும். இவை யாவும் இவர்களது செயற்பாடுகள். இதன் காரணமாக பெற்றோர் பெரும் சிரமத்திற்கு உள்ளாகிறார்கள். அது மட்டுமன்றி இப் பிள்ளைகள் துப்புரவீனம் காரணமாக மற்ற பிள்ளைகள் இவர்களுடன் பழகுவதை விரும்ப மாட்டார்கள். இதன் போது என்ன நடக்கிறது என்றால் இப் பிள்ளைகள் மேலும் மோசமான நிலைக்கு தள்ளப்படுகின்றார்கள்.

தொடரும்.

“இங்க ஒப்பரேஷன் பண்ணிகிட்டா நல்லபடியா போவலாமா?”

“ஓ... நல்ல Body யா போவலாம்...”