

**നിയമവുമായി പൊരുത്തപ്പെടാത്ത  
കൂട്ടികൾക്കായുള്ള  
മാനസിക-സാമൂഹിക സംരക്ഷണം**

**പ്രവർത്തി വിവരണ ഫോറുകൾ**

**ഭാഗം 1**



**NATIONAL INSTITUTE OF MENTAL HEALTH AND NEURO SCIENCES**  
(Institute of National Importance)  
Bengaluru-560 029

## **പ്രവർത്തി വിവരണ ഏടുകൾ**

**പ്രസാധനം:**

നിംഫാൻസ്, ബൈംഗലൂരു

**സാമ്പത്തിക സഹായം:**

സാമൂഹിക നീതി വകുപ്പ്, തിരുവന്തപുരം, കേരളം

**അച്ചടിസ്ഥാപനം:**

നാഷണൽ പ്രിൻസിപ്പ് പ്രസ്റ്റ്, ബൈംഗലൂരു

**ആദ്യപ്രസാധന വർഷം:** 2017

**പകർപ്പുവകാശം ©:**

നിംഫാൻസ്, ബൈംഗലൂരു-29

[www.nimhans.kar.nic.in](http://www.nimhans.kar.nic.in)

**കുടുതൽ വിവരങ്ങൾക്ക്:**

ഡോ. കെ. ശ്രീവർ

പ്രോഫസർ

ഡിസ്ട്രക്ട്മെന്റ് ഓഫ് സൈക്യാട്ടിക് സോഷ്യൽ വർക്ക് വിഭാഗം

നിംഫാൻസ്, ബൈംഗലൂരു-29

ഫോൺ: 080-2699 5335 (ഓഫീസ്), 080-2685 0191 (വീട്)

മൊബൈൽ: 0-98452 14397

e-mail: sekar@nimhans.kar.nic.in, sekarkasi@gmail.com

ഈ പ്രവർത്തി വിവരണ ഏടുകൾ രണ്ട് ഭാഗങ്ങൾ ആയാണ് രൂപപ്പെടുത്തിയിരിക്കുന്നത്.

ഒന്നാം ഭാഗം: ‘നിയമവുമായി പൊരുത്തപ്പെടാത്ത കുട്ടികൾക്കായുള്ള മാനസിക-സാമൂഹിക സംരക്ഷണം’.

രണ്ടാം ഭാഗം: ‘കുടുംബജീവിതം മെച്ചപ്പെടുത്തൽ’.

പരിശീലന സമയത്ത് കുറിപ്പുകൾ എഴുതുന്നതിനായി ഈ പ്രവർത്തി വിവരണ ഏടുകൾ പരിശീലനം നേടുന്നവർക്ക് ഉപയോഗിക്കാം. മറ്റുള്ളവർക്ക് പരിശീലനം നൽകുന്നതിനും കുട്ടികൾക്ക് വേണ്ട സഹായം നൽകുന്നതിനും ഈ ഉപകരിക്കാം. ഈ ‘പ്രവർത്തി വിവരണ ഏടുകൾ’ സ്വതന്ത്രമായി ഉപയോഗിക്കുകയും വേണ്ട രീതിയിലുള്ള മാറ്റങ്ങൾ വരുത്താവുന്നതുമാണ്. ഇത്തരത്തിൽ ഉപയോഗിക്കുകയും വേണ്ട രീതിയിൽ മാറ്റം വരുത്തുകയും ചെയ്യുന്നോൾ ഈ പുസ്തകത്തിന്റെ പ്രസാധകരെ അറിയിക്കാൻ അഭ്യർത്ഥിക്കുന്നു.

**തയ്യാറാക്കിയത്:**

ഡോ. കെ. ശ്രീവർ M.A. Ph.D., ഡോ. കവിത പി. M.S.W., M.Phil Ph.D.,

## ഉള്ളടക്കം

1.	പരിശീലനത്തിൽ പങ്കെടുക്കുന്നവരുടെ വിവരങ്ങൾ .....	ii - vi
2.	സകീറ്റേർമ്മായ ചുമുപാടുകളിൽ നിന്നുള്ള കുട്ടികളെ മനസ്സിലാക്കുക .....	W.S. - 01
3.	കുട്ടികളുടെ ശാരീരികവും മാനസികവും സാമൂഹികവുമായ വളർച്ച .....	W.S. - 02
4.	കൗംഗാർ പ്രായക്കാലിലെ സംസ്ഥിഷ്ക്കൽത്തിന്റെയും നാധിവുപരിശോഭയും വളർച്ച .....	W.S. - 03
5.	സാമൂഹ്യവർക്കൾ (Socialisation) .....	W.S. - 04
6.	നിയമവുമായി പൊരുത്തപ്പെടാത്ത കുട്ടികളെ മനസ്സിലാക്കൽ .....	W.S. - 05
7.	കുട്ടികൾ നിയമവുമായി പൊരുത്തപ്പെടാത്ത അവസ്ഥയിലേക്ക് എത്തിച്ചേരുന്ന ഹർജ്ജങ്ങൾ .....	W.S. - 06
8.	നിയമവുമായി പൊരുത്തപ്പെടാത്ത കുട്ടികളുടെ ബാലുകാല അനുഭവങ്ങൾ .....	W.S. - 07
9.	നിയമവുമായി പൊരുത്തപ്പെടാത്ത കുട്ടികളുടെ ആവശ്യങ്ങൾ .....	W.S. - 08
10.	മാനസിക സാമൂഹിക സംരക്ഷണ സംവിധാനങ്ങളും സേവന ശ്രദ്ധാലൂപങ്ങൾ .....	W.S. - 09
11.	നിയമവുമായി പൊരുത്തപ്പെടാത്ത കുട്ടികളുടെ സംരക്ഷകരുടെ ഉത്തരവാദിത്വം .....	W.S. - 10
12.	കുട്ടികളുടെ പെരുമാറ്റ വൈകല്യങ്ങളും വൈകാരിക പ്രശ്നങ്ങളും .....	W.S. - 11
13.	നിയമവുമായി പൊരുത്തപ്പെടാത്ത കുട്ടികളുടെ മാനസികവും സാമൂഹികവുമായ പ്രശ്നങ്ങളെ മനസ്സിലാക്കുകയും കൈകാര്യം ചെയ്യും .....	W.S. - 12
14.	നിയമവുമായി പൊരുത്തപ്പെടാത്ത കുട്ടികളുടെ കാണംസലിംഗ് (ഡോൾ ഫ്ലോ) .....	W.S. - 13-16
15.	കുട്ടികളുടെ മാനസിക-സാമൂഹിക സംരക്ഷണത്തിനുള്ള ഭാധ്യമണ്ഡലുടെ ഉപയോഗം .....	W.S. - 17-23
16.	ബലംഗികതയും ബലംഗിക ചുംക്കാവും .....	W.S. - 24-28
17.	കുട്ടികൾക്കിടയിലെ മയക്കു മരുന്നു ഉപയോഗം .....	W.S. - 29
18.	നിയമവുമായി പൊരുത്തപ്പെടാൻ ബന്ധിച്ചുട്ടുള്ള കുട്ടികൾക്കിടയിലെ ആത്മഹത്യ പ്രവണത .....	W.S. - 30
19.	പ്രതിസന്ധിമാട്ടങ്ങൾ തരണം ചെയ്യൽ .....	W.S. - 31
20.	നിയമവുമായി പൊരുത്തപ്പെടാത്ത കുട്ടികളുടെ പ്രശ്നങ്ങൾ ജീവിത നെന്പുണ്ണ വിഭ്രാം്യാസത്തിലും അഭിസംഖ്യായം ചെയ്യൽ .....	W.S. - 32
21.	ജീവിത നെന്പുണ്ണങ്ങൾ .....	W.S. - 33
22.	ജീവിത നെന്പുണ്ണ വിഭ്രാം്യാസ പ്രവർത്തനങ്ങൾ .....	W.S. - 34
23.	തീരുമാനമെടുക്കൽ .....	W.S. - 35
24.	പ്രശ്ന പരിഹരണം .....	W.S. - 36
25.	വിഭർണ്ണനാമക ചിത്ര .....	W.S. - 37
26.	ക്രിയാത്മക ചിത്ര .....	W.S. - 38
27.	വ്യക്തിബന്ധം .....	W.S. - 39
28.	കാവുക്ക്ഷമമായ ആശയവിനിഷ്ടയം .....	W.S. - 40
29.	തുദയീഭാവം (Empathy) .....	W.S. - 41
30.	സ്വയം മനസ്സിലാക്കുക .....	W.S. - 42
31.	മാനസിക സമർഖണങ്ങളുമായി പൊരുത്തപ്പെടൽ .....	W.S. - 43
32.	വികാരങ്ങളുമായി പൊരുത്തപ്പെടൽ .....	W.S. - 44
33.	ദിനചവൽ .....	W.S. - 45
34.	ആരോഗ്യപരമായ ജീവിതം .....	W.S. - 46
35.	കുട്ടികൾക്കെതിരെയുള്ള ബലംഗിക അതിക്രമങ്ങളും പീഡനങ്ങളും .....	W.S. - 47
36.	കുട്ടികൾക്കിടയിലെ ലഹരി വസ്തുകളുടെ ഉപയോഗം .....	W.S. - 48
37.	പടം നിർത്തൽ .....	W.S. - 49
38.	പീഞ്ജിൽ നിന്ന് ഓടി പോവുക .....	W.S. - 50
39.	സ്ത്രീ പുരുഷ സമത്വം മനസ്സിലാക്കൽ .....	W.S. - 51
40.	ബലംഗിക ആരോഗ്യവും ബലംഗികതയും .....	W.S. - 52
41.	തർക്ക പരിഹരണം .....	W.S. - 53
42.	ധനവിനിയോഗം .....	W.S. - 54
43.	അപകടസാധ്യത കുടുതൽ ഉള്ള പ്രവർത്തനങ്ങൾ .....	W.S. - 55
44.	ബന്ധങ്ങൾ നിലനിർത്തൽ .....	W.S. - 56
45.	സാമൂഹിക ഉത്തരവാദിത്വം .....	W.S. - 57

# 1. പരിശീലനത്തിൽ പങ്കെടുക്കുന്നവരുടെ വിവരങ്ങൾ

1. പേര്: ..... 2. വയസ്സ്: .....
3. സ്ത്രീ / പുരുഷൻ / മറ്റൊള്ളവ 4. വൈവാഹികാവസ്ഥ: .....
5. വിദ്യാഭ്യാസം: ..... 6. തൊഴിൽ: .....
7. തസ്തിക: ..... 8. മതം (ഹിന്ദു, ക്രിസ്ത്യൻ, മുസ്ലിം, മറ്റൊള്ളവർ)
9. കൂടുംബത്തിന്റെ തരം (അണുകൂടുംബം, കൂടുകൂടുംബം, ഒറ്റയ്ക്കു താമസിക്കുന്നു.) 10. കൂടുംബത്തിലെ അംഗങ്ങളുടെ എണ്ണം: ..... 11. കൂടുംബത്തിന്റെ പ്രതിമാസ വരുമാനം: .....
12. മേൽവിലാസം :

.....  
.....

ഫോൺ (വീട്) ..... (Mob) .....

ഓഫീസ്: .....

ഫോൺ (Off) ..... (Mob) .....

13. ജോലിയിൽ എത്രവർഷത്തെ പ്രവർത്തനപരിചയം ഉണ്ട്: .....

14. നിയമവുമായി പൊരുത്തപ്പെടാത്ത കൂട്ടികളുമായി ബന്ധപ്പെട്ടുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ മുൻപരിചയം ഉണ്ടോ? ഉണ്ടെങ്കിൽ വിശദാംശങ്ങൾ:

.....  
.....

15. നിയമവുമായി പൊരുത്തപ്പെടാത്ത കൂട്ടികളുടെ മാനസിക-സാമൂഹിക സംരക്ഷണവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് പരിശീലന പരിപാടികളിൽ പങ്കെടുത്തിട്ടുണ്ടോ? ഉണ്ടെങ്കിൽ വിശദാംശങ്ങൾ:

.....  
.....  
.....

16. ഈ പരിശീലനപരിപാടിയിലൂടെ നിങ്ങൾ എന്താണ് പ്രതീക്ഷിക്കുന്നത്? .....

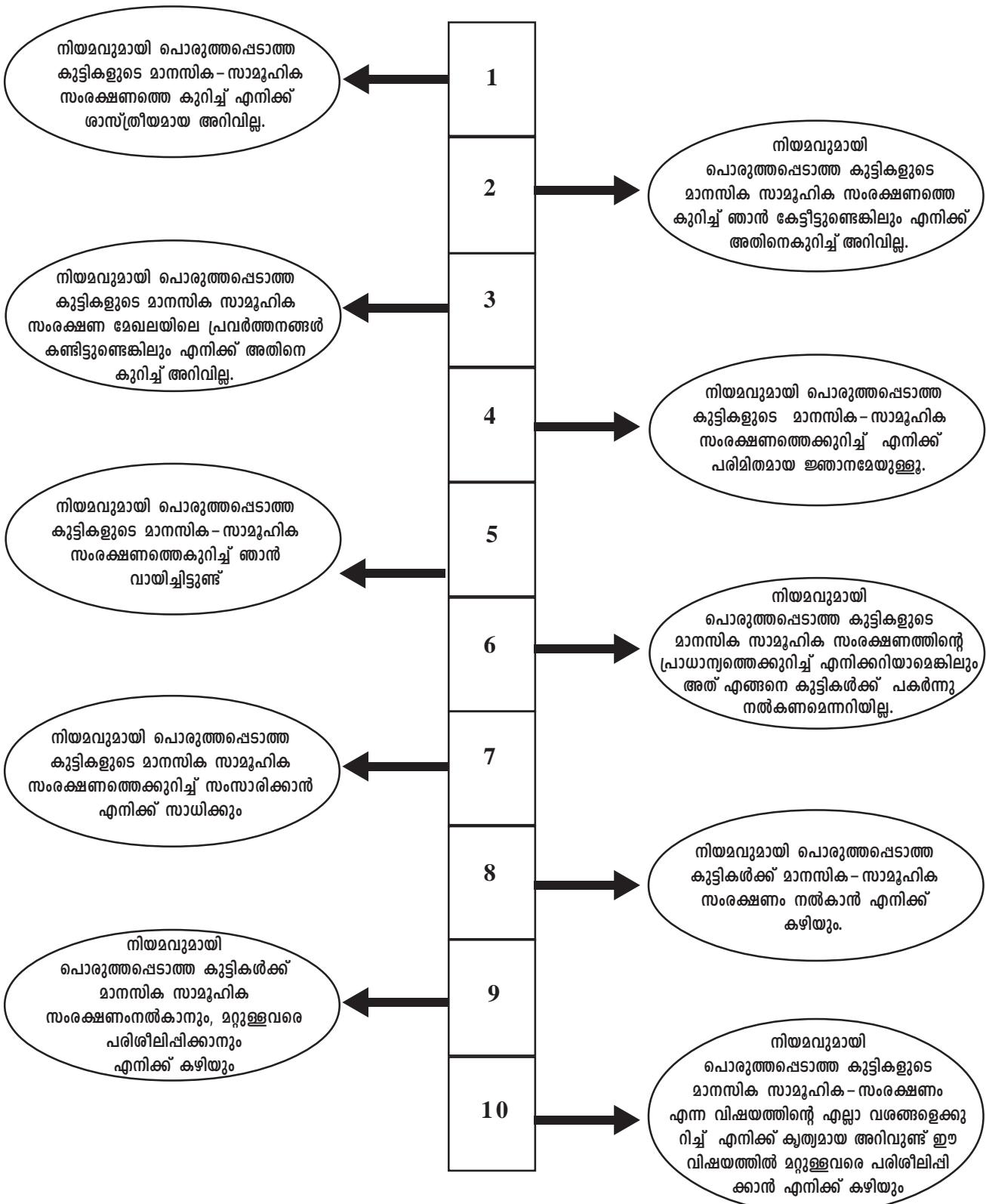
.....  
.....  
.....

തീയതി:

ഒപ്പ്:

## 1.2. നിയമവുമായി പൊരുത്തപ്പെടാത്ത കൂട്ടികളുടെ മാനസിക-സാമൂഹിക സംരക്ഷണം

ക്രമ നമ്പർ: ..... വിശകലനം (പരിശീലനത്തിന് മുമ്പ് / ശേഷം): .....



- 1.3. നിയമവുമായി പൊരുത്തപ്പെടാത്ത കൂട്ടികളുടെ മാനസിക-സാമൂഹിക സംരക്ഷണത്തെ സംബന്ധിച്ച് പരിശീലന പരിപാടിയിൽ പങ്കാളികളാകുന്നവരുടെ അറിവ് അളക്കുന്നതിനായുള്ള ചോദ്യാവലി.**

ക്രമനമ്പരി: ..... അറിവ് (പരിശീലനത്തിന് മുമ്പും/ശേഷവും): ..... തിയതി: .....

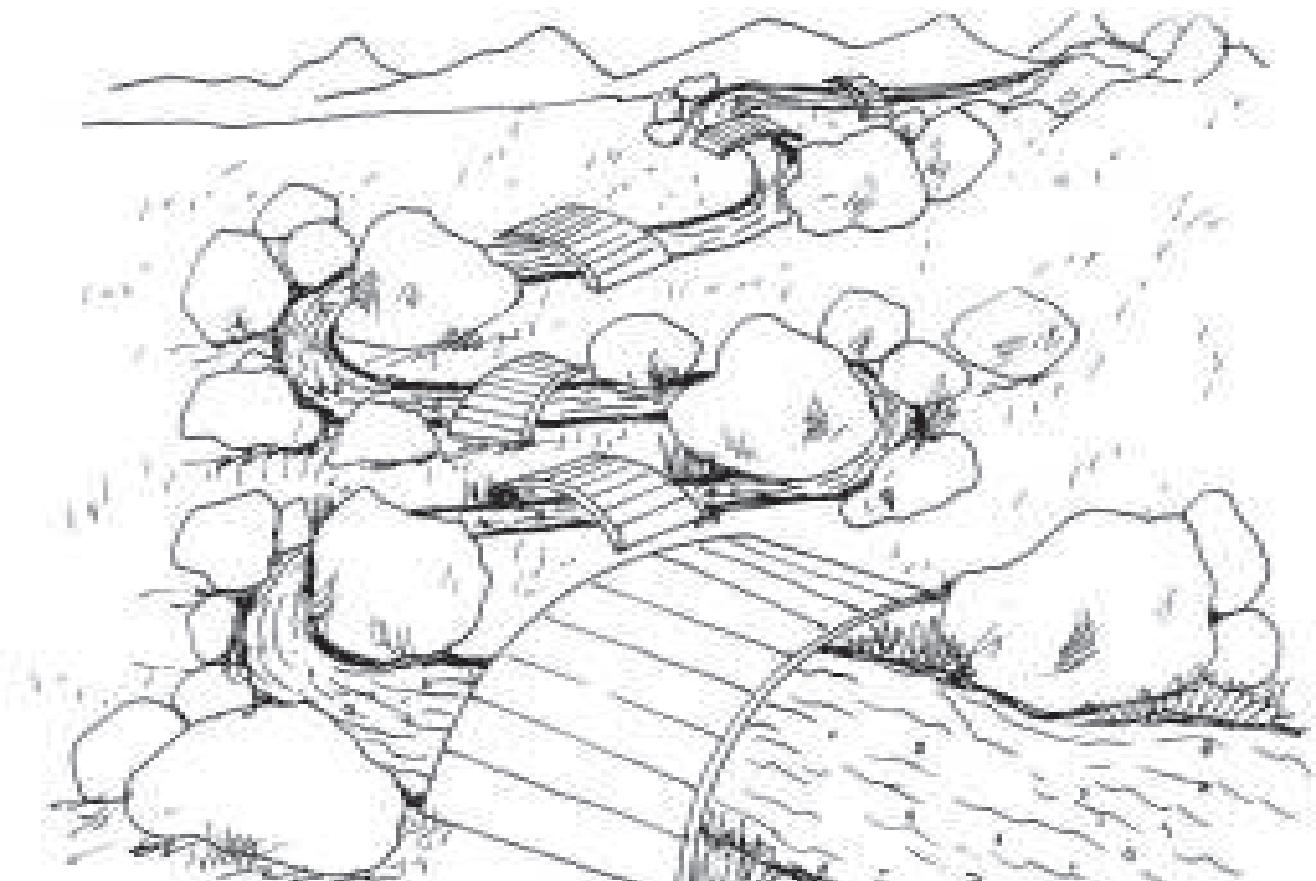
## ചോദ്യാവലി

1. സക്കീർണ്ണമായ ചുറ്റുപാടുകളിൽ നിന്നുള്ള കൂട്ടികൾ പ്രതിനിധാനം ചെയ്യുന്നത്?
  - a) സമൂഹത്തിലെ ഒരു പ്രത്യേക വിഭാഗം.
  - b) വൈവിഭാഗമുള്ള ഒരു വലിയ ഗ്രൂപ്പ്.
  - c) പാർശ്വ വർക്കർക്കുപെട്ടവർ.
  - d) പ്രശ്നമുള്ള കൂട്ടികൾ.
2. ഒരു കൂട്ടിയുടെ വളർച്ച എന്നതുകൊണ്ട് ഉദ്ദേശിക്കുന്നത്?
  - a) ശാരീരിക വളർച്ച.
  - b) സാമൂഹിക വളർച്ച.
  - c) വൈകാരികവും ബുദ്ധിപരവുമായ വളർച്ച.
  - d) ഇവയെല്ലാം
- 3) കൂട്ടിയുടെ വളർച്ചയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട പ്രധാന മേഖലകൾ എത്രാക്കേയാണ്?
  - a) ജൈവപരം, മാനസികം, സാമൂഹികം
  - b) ശാരീരികം, സാമൂഹികം, വൈകാരികം
  - c) ശാരീരികം, സാമൂഹികം, സ്വഭാവം
  - d) ഇവയെല്ലാം
4. ഒരു വ്യക്തി ചില പ്രത്യേക ശീലങ്ങൾ വളർത്തിയെടുക്കുന്നത് എന്നതുകൊണ്ട്?
  - a) കൂടുംബ പശ്ചാത്തലം
  - b) വ്യക്തി സ്വഭാവം
  - c) സാമൂഹ്യവർക്കരണത്തിലൂടെ
  - d) കൂട്ടികളുടെ കൂടുക്കുകളിൽ നിന്ന്
5. കൗമാരകാരുടെ മന്ത്രിഷ്ഠകം?
  - a) പുർണ്ണ വളർച്ചയിലെത്തിയിരിക്കുന്നു.
  - b) വളർച്ചയില്ലാത്തതാണ്.
  - c) വളർന്നു കൊണ്ടിരിക്കുന്നു.
  - d) അറിയില്ല.
6. നിയമവുമായി പൊരുത്തപ്പെടാത്ത കൂട്ടികളുമായി ബന്ധപ്പെട്ട ശരിയായ പ്രസ്താവന ഏത്?
  - a) വ്യക്തി, കൂടുംബം, സ്കൂൾ, സമൂഹം എന്നീ മേഖലകളിലെല്ലാം അപകട സാധ്യതകൾ ഉണ്ട്.
  - b) കൂട്ടിയുടെ വ്യക്തി പരമായ ബുദ്ധിമുട്ടുകളുമായി മാത്രം ബന്ധപ്പെട്ടതാണ് അപകടങ്ങൾ.
  - c) കൂട്ടിയുടെ കൂടുംബപ്രശ്നവുമായി മാത്രം ബന്ധപ്പെട്ടതാണ് അപകടങ്ങൾ.
  - d) അപകടങ്ങൾ കൂട്ടിയുടെ മന്ത്രിഷ്ഠകരിൽനിന്ന് വികാസവുമായി മാത്രം ബന്ധപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു.
7. നിയമവുമായി പൊരുത്തപ്പെടാത്ത കൂട്ടികളുടെ സംരക്ഷകൾ ഉറപ്പുവരുത്തേണ്ടത്?
  - a) കൂട്ടിയുടെ പ്രാഥമികാവശ്യങ്ങൾ
  - b) മാനസിക സാമൂഹിക ആവശ്യങ്ങൾ
  - c) കൂടുംബം
  - d) സാമൂഹികാവശ്യങ്ങൾ
8. നിയമവുമായി പൊരുത്തപ്പെടാത്ത കൂട്ടികളുടെ ഉത്തരവാദിത്വം ആരുടെ കൈയിലാണ്?
  - a) നീതിന്യായ വ്യവസ്ഥ & പോലീസ്
  - b) മാതാപിതാക്കൾ & സ്കൂൾ അധികാരികൾ
  - c) സമൂഹം & സന്നദ്ധ സംഘടന
  - d) ഇവരെല്ലാം
9. നിയമവുമായി പൊരുത്തപ്പെടാത്ത കൂട്ടിയെ ശിക്ഷിക്കുന്നതുവഴി?
  - a) കൂട്ടികൾ അവൻ്റെ സ്വഭാവത്തെ മനസ്സിലാക്കാൻ കഴിയും.
  - b) കൂട്ടി പ്രകോപിതനായി അനുചിതമായ പെരുമാറ്റം കാണിക്കുന്നു.
  - c) കൂട്ടിയിൽ ഭീതി ഉള്ളവകുന്നു.
  - d) കൂട്ടി തെറ്റുകൾ ആവർത്തിക്കാതിരിക്കുന്നു.
10. കൂട്ടികളുടെ വൈകാരിക പ്രശ്നങ്ങളിൽ താഴെ പറയുന്നവയിൽ ഉൾപ്പെടുന്നത്?
  - a) നബം കട്ടിക്കുക/വിരൽ ഉറുമ്പുക/കൂടിക്കുക
  - b) കിടക്കയിൽ മുത്രം ഒഴിക്കുക.
  - c) നിയന്ത്രണമില്ലാത്ത പെരുമാറ്റ രീതി
  - d) സംസാരിച്ചു തുടങ്ങാൻ താമസം

11. കൂട്ടികളുടെ ഇടയിൽ കാണപ്പെടുന്ന ചില പ്രത്യേക പഠനവേകല്യങ്ങൾക്ക് കാരണം?
- a) മറ്റു പ്രവർത്തികളിൽ ഉള്ള അമിതമായ താൽപര്യം b) മോശമായ കൂടുംബ പശ്ചാത്തലം
- c) അലസത d) കൂട്ടിയുടെ മന്ത്രിഷ്കരത്തിന്റെ വളർച്ച സംബന്ധമായ കാരണങ്ങൾ
12. സഭാവ വൈകല്യമുള്ള കൂട്ടികളുടെ പെരുമാറ്റ രീതികൾ എത്രല്ലാം?
- a) മോഷണം, കളവ് പരിയൽ, ദുശാദ്യം. b) ലഹരി വസ്തുകൾ ഉപയോഗിക്കൽ.
- c) A & B. d) ഇതാനുമല്ല.
13. കൂട്ടികളുമായി പ്രവർത്തിക്കുവാൻ വേണ്ട ഏറ്റവും പ്രധാന വൈദഗ്ധ്യം?
- a) നിരീക്ഷണപാടവവും കേൾക്കാനുള്ള മനസ്സും.
- b) തയയിഭാവം (Empathy), വൈഭവം (Resourcefullness), ഉറപ്പുവരുത്തൽ (Reassurance)
- c) അവരെ പ്രോത്സാഹനത്തിലും കളികളിലും മറ്റും സാധാരണ നിലയിലേക്ക് കൊണ്ടുവരിക.
- d) ഇവയെല്ലാം.
14. മാനസിക-സാമൂഹിക സകീർണ്ണതകളിലും കടന്നു പോകുന്ന ഒരു കൂട്ടിക്ക്?
- a) കടുത്ത മാനസിക വേദന. b) തെറ്റായ മാനസികാവസ്ഥ.
- c) സഭാവ വൈകല്യം. d) ഇവയെല്ലാം.
15. താഴെ പറയുന്നവയിൽ തെറ്റായ പ്രസ്താവന എത്ര? മാനസിക-സാമൂഹിക സംരക്ഷണ മാധ്യമങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കുന്നത് എന്നിന്?
- a) കൂട്ടിക്കുണ്ടായ അനുഭവങ്ങൾ കൃത്യമായി മനസ്സിലാക്കുന്നതിന്
- b) കൂട്ടികളിൽ സ്വാഭിമാനം വളർത്തുന്നതിനും അവരെ കഴിവുകളെയും ശേഷികളെയും ഉയർത്തിക്കൊണ്ട് വരുന്നതിനും
- c) ചില മഞ്ചരി തലത്തിൽ വിജയിക്കാൻ
- d) കൂട്ടികൾ വിനോദ മാർഗ്ഗങ്ങൾ നൽകിക്കൊണ്ട് അവരെ വേദനകൾ മറക്കാൻ സഹായിക്കുന്നതിന്.
16. സകീർണ്ണമായ സാഹചര്യങ്ങളിൽ നിന്ന് വരുന്ന കൂട്ടികൾക്ക് പരിഗണന നൽകുന്ന മേഖലകളിൽ ഉൾപ്പെടുന്നവയാണ്?
- a) വിദ്യാഭ്യാസം, നിയമസഹായം, മറ്റ് അവബോധന പ്രവർത്തനങ്ങൾ.
- b) കൂടുംബത്തിലും സമൂഹത്തിലുമുള്ള ഇടപെടലുകൾ.
- c) ആരോഗ്യ സാമ്പത്തിക സഹായം.
- d) ഇവയെല്ലാം.
17. പിൻവലിക്കുക (Withdrawal), നിയന്ത്രിക്കുക (restrain), മാറ്റി നിർത്തുക (time out), പ്രത്യുത്തരം നൽകാതിരിക്കുക (response cost) എന്നിവ
- a) കൂട്ടിയുടെ അസ്വികാര്യമായ സഭാവത്തെ കൈകാര്യം ചെയ്യാനുള്ള മാർഗ്ഗങ്ങളാണ്
- b) കൂട്ടിയെ ശിക്ഷിക്കുന്നതിനുള്ള മാർഗ്ഗങ്ങളാണ്
- c) കൂട്ടിയുടെ അസ്വികാര്യമായ സഭാവത്തെ നിയന്ത്രിക്കാനുള്ള മാർഗ്ഗങ്ങളാണ്
- d) മെൽ പരിഞ്ഞതൊന്നുമല്ല
18. താഴെ പറയുന്നവയിൽ തെറ്റായ പ്രസ്താവന എത്രാണ്?
- a) നിയമവുമായി പൊരുത്തപ്പെടാത്ത കൂട്ടികൾ എല്ലാവരും ലൈംഗിക പീഡനത്തിനിരയായിട്ടുള്ളവരാണ്.
- b) നിയമവുമായി പൊരുത്തപ്പെടാത്ത കൂട്ടികൾ ലൈംഗിക പീഡനത്തിന് ഇരയാവാനുള്ള സാധ്യത കൂടുതലാണ്.
- c) ഈ കൂട്ടികൾ മറ്റുള്ളവരെ ലൈംഗിക പീഡനത്തിന് ഇരയാകാനുള്ള സാധ്യതയുണ്ട്.
- d) ഈ കൂട്ടികൾ വളരെ ചെറിയ പ്രായത്തിൽ തന്നെ ലൈംഗിക പ്രവർത്തികളിൽ സജീവമാകാനുള്ള സാധ്യത കൂടുതലാണ്.
19. നിയമവുമായി പൊരുത്തപ്പെടാത്ത കൂട്ടികൾക്കിടയിലെ ലഹരി ഉപയോഗം താഴെ പറയുന്നവയുടെ ഫലമാണ്?
- a) മാതാപിതാക്കളുടെ ശ്രദ്ധകുറിവ് b) ലഹരി വസ്തുകൾ പരീക്ഷിക്കുന്നതിലുള്ള ഉത്സാഹം
- c) സുഹൃത്തുകളുടെ സമർപ്പിക്കൽ d) ഇവയെല്ലാം.
20. ആത്മഹത്യയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട ചിന്തകളെ കുറിച്ച് ചോദിക്കുന്നത്. ആത്മഹത്യ ചെയ്യാനുള്ള സാധ്യത/പ്രവണത?
- a) കുറയ്ക്കും b) ആത്മഹത്യാ പ്രവണത കൂടുകയുമില്ല കുറയ്ക്കുകയുമില്ല
- c) ആത്മഹത്യാ പ്രവണത വർദ്ധിപ്പിക്കും d) എനിക്കെന്തില്ല

21. ചുവടെ കൊടുത്തിരിക്കുന്നവർിൽ ആത്മഹത്യ തടയാൻ കഴിയുന്നത് ആർക്ക്?
   
a) ആരോഗ്യ പ്രവർത്തകർക്കു മാത്രം                          b) മാനസികാരോഗ്യ പ്രവർത്തകർക്കു മാത്രം
   
c) കുടുംബാധിക്ഷേമിക്കു മാത്രം                          d) ഏല്ലാവർക്കും
22. താഴെ പറയുന്നവയിൽ ഘൃതാൺ ജീവിത നൈപുണ്യ വിദ്യാഭ്യാസം വഴി കൂടു ആർജിക്കുന്നത്
   
a) അവരുടെ പ്രശ്നങ്ങൾക്ക് സ്വയം പരിഹാരം കണ്ടെത്താനുള്ള പ്രാപ്തി.
   
b) പ്രശ്ന പരിഹാരത്തിനായി പുറത്തു നിന്നുള്ളവരുടെ സഹായം തേടാൻ സഹായിക്കുന്നു.
   
c) പിനീക് ഉണ്ടാകാനിടയുള്ള പ്രശ്നങ്ങളെ തടയാൻ കഴിയുന്നു
   
d) പ്രശ്നങ്ങളെ മനസ്സിലാക്കി നല്കി അനുരോദണ ശേഷി നേടിയെടുക്കാൻ സഹായിക്കുന്നു
23. തീരുമാനം എക്കുന്നതിന് മുൻപ് ഒരു വ്യക്തി തീർച്ചയായും:
   
a) അനുഭവസ്ഥരുമായി ചർച്ച ചെയ്യണം.                          b) ആദ്യം എന്താണോ മനസ്സിൽ തോന്നുന്നത് അത് ചെയ്യുക.
   
c) അനന്തര ഫലങ്ങളെ വിലയിരുത്തുക.                          d) മറ്റൊളവർ ചെയ്യുന്നതുപോലെ പ്രവർത്തിക്കുക.
24. പ്രശ്നങ്ങളെ നിഷ്പക്ഷമായി വിലയിരുത്തുകയും അതിനെ മറ്റാരു വീക്ഷണത്തിലൂടെ കാണുകയും ചെയ്യുന്ന ഒരു വ്യക്തിക്ക്
   
a) വിമർശനാത്മകവും സർഗ്ഗാത്മകവുമായ നൈപുണ്യങ്ങൾ ഉണ്ടായിരിക്കും
   
b) തീരുമാനമെടുക്കാനും, പ്രശ്ന പരിഹാരത്തിനും ഉള്ള നൈപുണ്യങ്ങൾ ഉണ്ടായിരിക്കും
   
c) വ്യക്തിപരമായ കഴിവുകളെ ഉയർത്താനും അത് പ്രകടിപ്പിക്കാനും ഉള്ള നൈപുണ്യം ഉണ്ടായിരിക്കും
   
d) ഉത്സാഹമുണ്ടായിരിക്കും
25. തമയിട്ടാവം എന്നത് (Empathy)?
   
a) മറ്റാരാളായി ജീവിക്കുക
   
b) നമുക്ക് പരിചിതമായ ഒരു സാഹചര്യത്തിനുസരിച്ച് മറ്റാരാളുടെ ജീവിതത്തെ മനസ്സിലാക്കുക
   
c) മറ്റൊളവുടെ സാഹചര്യത്തെ മനസ്സിലാക്കി നിഞ്ഞ അതിൽ പ്രതിഷ്ഠിച്ച് ചിന്തിക്കുക
   
d) ഇതൊന്നു മല്ല.
26. ഉൽക്കെണ്ടം കുറയ്ക്കുന്നതിനായി ഒരു വ്യക്തിക്ക് ഉണ്ടാവേണ്ട ഏറ്റവും നല്കുന്ന നൈപുണ്യം എന്താണ്?
   
a) മാനസിക സമർദ്ദങ്ങളുമായി പൊരുത്തപ്പെടൽ & വികാരങ്ങളുമായി പൊരുത്തപ്പെടൽ
   
b) തദനുഭവവും സ്വയാവവോധവും
   
c) വ്യക്തിബന്ധങ്ങളും ആശയവിനിമയവും
   
d) ഇവരെല്ലാം.
27. ജീവിത നൈപുണ്യ വിദ്യാഭ്യാസത്തിൽ ലൈംഗികതയും സ്ത്രീ പുരുഷ സമത്വവും ഉൾപ്പെടുത്തുകയാണെങ്കിൽ
   
a) കുട്ടിക്ക് ലൈംഗികതയെക്കുറിച്ചും, സ്ത്രീപുരുഷ സമത്വത്തെക്കുറിച്ചും ശരിയായ അറിവ് ലഭിക്കുന്നു.
   
b) ജീവിതത്തെക്കുറിച്ച് നല്കു കാഴ്ചപ്പും ഉണ്ടാകുന്നു.
   
c) പീഡനങ്ങളിൽ നിന്നും അതിക്രമങ്ങളിൽ നിന്നും സ്വയം രക്ഷപ്പെടാൻ അവരെ സഹായിക്കുന്നു.
   
d) ഇവരെല്ലാം.
28. കുട്ടികൾ പലതരത്തിലുള്ള പീഡനങ്ങൾക്ക് ഇരയാകാനുള്ള സാമ്പത്ത കൂടുന്നത് എന്തുകൊണ്ട്?
   
a) ആശയ വിനിമയശേഷിക്കുറിവ്
   
b) ആശയതയുള്ള സഭാവം ഇല്ലാതിരിക്കുക (Assertiveness)
   
c) സക്ഷിപ്പിക്കാനുള്ള മാനസിക-സാമൂഹികാവസ്ഥ
   
d) ഇവരെല്ലാം.
29. കുട്ടികൾ സാമൂഹിക ഉത്തരവാദിത്വം ഉണ്ടാക്കിയെടുക്കുന്നതിലൂടെ:
   
a) അവരെ ഉത്തരവാദിത്വമുള്ള പൗരിംമാരാക്കി മാറ്റാൻ കഴിയും.
   
b) അവർക്ക് സമുഹത്തിൽ നല്കു സ്ഥാനമുണ്ടാകും.
   
c) ക്രിയാത്മകമായ രീതിയിലൂടെ മറ്റ് വഴികൾ കണ്ടെത്തി പ്രശ്നങ്ങൾ പരിഹരിക്കാൻ കഴിയും.
   
d) ഇവരെല്ലാം.
30. നിയമവുമായി പൊരുത്തപ്പെടാത്ത കുട്ടികളുടെ ഇടയിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്ന ഒരു വ്യക്തി ചെയ്യേണ്ടത് :
   
a) കുട്ടിയിൽ അച്ചടക്കമുണ്ടാക്കാൻ കഴിയണം.
   
b) കുട്ടികൾക്ക് അവരുടെ തെറ്റിനെ മനസ്സിലാക്കിക്കൊടുക്കാൻ കഴിയണം.
   
c) കുട്ടികൾക്ക് ഉപദേശങ്ങളും നിർദ്ദേശങ്ങളും നൽകാൻ കഴിയണം.
   
d) നിഷ്പക്ഷമായ സഹായവും വിലയിരുത്തലും ഉണ്ടാക്കണം.

## 2. സകീർണ്ണമായ ചുറുപാടുകളിൽ നിന്നുള്ള കൂട്ടികളെ മനസ്സിലാക്കുക



- സകീർണ്ണമായ ചുറുപാടുകളിൽ നിന്നുള്ള കൂട്ടികൾ പലവിധത്തിലുള്ള പ്രശ്നങ്ങളിലൂടെ കടന്നുപോകുന്നു.
- ഈ കൂട്ടികൾ പലവിധത്തിലുള്ള ആപത്തുകളിൽ ചെന്നുപെടാനുള്ള സാമ്യത കൂടുതലാണ്.
- അവരുടെ പ്രായത്തിനോ കഴിവുകൾക്കോ അതീതമായ പ്രശ്നങ്ങളിലൂടെയാണ് ഇവർ കടന്നു പോകുന്നത്.
- മുതിർന്നവരുടെ കരുതലും പരിഗണനയും ഇവർക്ക് വളരെ കുറച്ചേ ലഭിക്കുന്നുള്ളൂ. അതിനാൽ ഇവർ സമൂഹ തിരിക്കേ മുഖ്യ ധാരയിൽ നിന്ന് ഒഴിവാക്കപ്പെടുന്നു.

### 3. കൂട്ടികളുടെ ശാരീരികവും മാനസികവും സാമൂഹികവുമായ വളർച്ച

പ്രായം	വളർച്ചയും കരുതലും	ശാരീരികം	മാനസികം	സാമൂഹികം
0-6 വയസ്	കൂട്ടികളിലെ വളർച്ച			
	വളർച്ചക്കാവശ്യമായ അടഞ്ഞങ്ങൾ			
	ഇവ ലഭ്യമായി ലൈഖിൽ സംഭവിക്കുന്നത്			
7-12 വയസ്	കൂട്ടികളിലെ വളർച്ച			
	വളർച്ചക്കാവശ്യ മായ അടഞ്ഞങ്ങൾ			
	ഇവ ലഭ്യമായി ലൈഖിൽ സംഭവിക്കുന്നത്			
13-18 വയസ്	കൂട്ടികളിലെ വളർച്ച			
	വളർച്ചക്കാവശ്യ മായ അടഞ്ഞങ്ങൾ			
	ഇവ ലഭ്യമായി ലൈഖിൽ സംഭവിക്കുന്നത്			

- കൂട്ടികളിലെ ശാരീരികവും മാനസികവും സാമൂഹികവുമായ ആവശ്യങ്ങൾ തമാസമയം ലഭിച്ചില്ലെങ്കിൽ അത് അവരുടെ സാമൂഹിക മാനസിക വളർച്ചയെ ബാധിക്കും.
- ഇത് കൂട്ടികളിൽ അനുച്ഛിതമായ സ്വഭാവ രീതികൾക്ക് കാരണമാകും

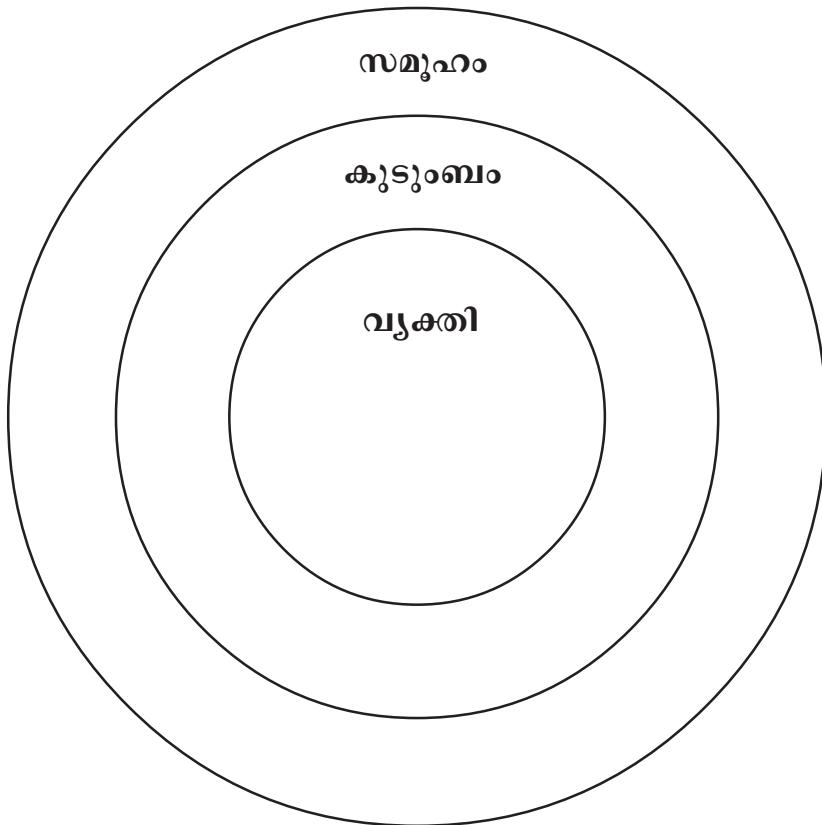
#### **4. കൗമാര പ്രായകാലിലെ മന്തിഷ്കത്തിന്റെയും നാഡിപ്പുഹണങ്ങളുടെയും വളർച്ച**

- മന്തിഷ്കത്തിന്റെ ഭാഗങ്ങളും അവയുടെ പ്രവർത്തനവും

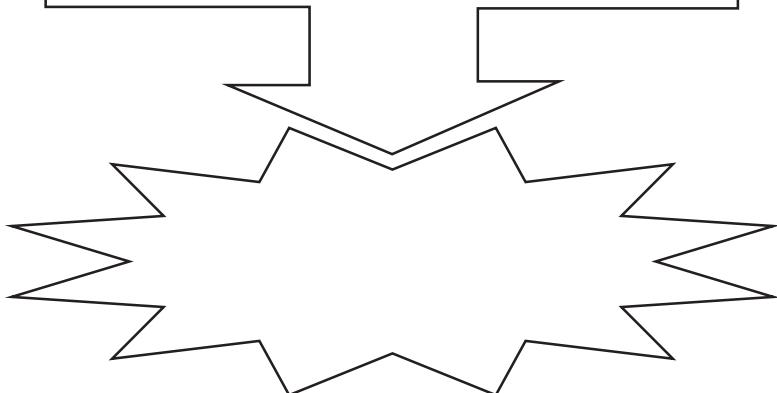
- പരിണാമം സംഭവിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന കൗമാരകാരുടെ മന്തിഷ്കം

- പ്രീ ഫോറ്റേഴ്സ് കോർട്ടക്സിന്റെ പ്രവർത്തനം (സഭാവം, ചിത്ര)
- കൗമാരകാരുടെ മന്തിഷ്കത്തിൽ മാറ്റം വരുന്നതെങ്ങനെ?
- കൗമാരകാരുടെ മന്തിഷ്കത്തിൽ മാറ്റങ്ങൾ വരുന്നതിന്റെ പ്രസക്തി

## 5. സാമൂഹ്യവത്കരണം (Socialisation)



നിയമവുമായി പൊരുത്തപ്പെടാത്ത കൂട്ടികൾ



- കൂട്ടികളുടെ ശീലങ്ങൾ രൂപപ്പെടുന്നത് സമൂഹ്യവത്കരണത്തിലുണ്ടെന്നാണ്.
- കൂട്ടികളിൽ സാമൂഹ്യ മനദശങ്ങൾ സ്വാംഗീകരിക്കപ്പെടുന്നത് സമൂഹത്തിലെ പല ഏജൻസികളുടേയും ഇടപെടലുകളിലുണ്ടെന്നാണ്.
- ജീവിതത്തിലെ വേദനാജനകമായ അനുഭവങ്ങൾ (പലവിധ കാരണങ്ങളാലുള്ളത്) കൂട്ടികളുടെ സാമൂഹ്യ വർക്കരണത്തെ ബാധിക്കുന്നു.
- കൂട്ടികളുമായി ഇടപഴക്കുന്ന കൈയർഫോറ്മാർ ഇവരുടെ ജീവിതത്തിലെ ഇത്തരം പ്രശ്നങ്ങളേയും ഇവയുടെ പരിണിത ഫലങ്ങളേയും കുറിച്ചും തീർച്ചയായും മനസ്സിലാക്കിയിരിക്കും.

## 6. നിയമവുമായി പൊരുത്തപ്പോതെ കൂട്ടികളെ മനസ്സിലാക്കൽ

- നിയമവുമായി പൊരുത്തപ്പോതെ കൂട്ടികളിൽ കണ്ണുവരുന്ന ആപത്ത് ഘടകങ്ങൾ

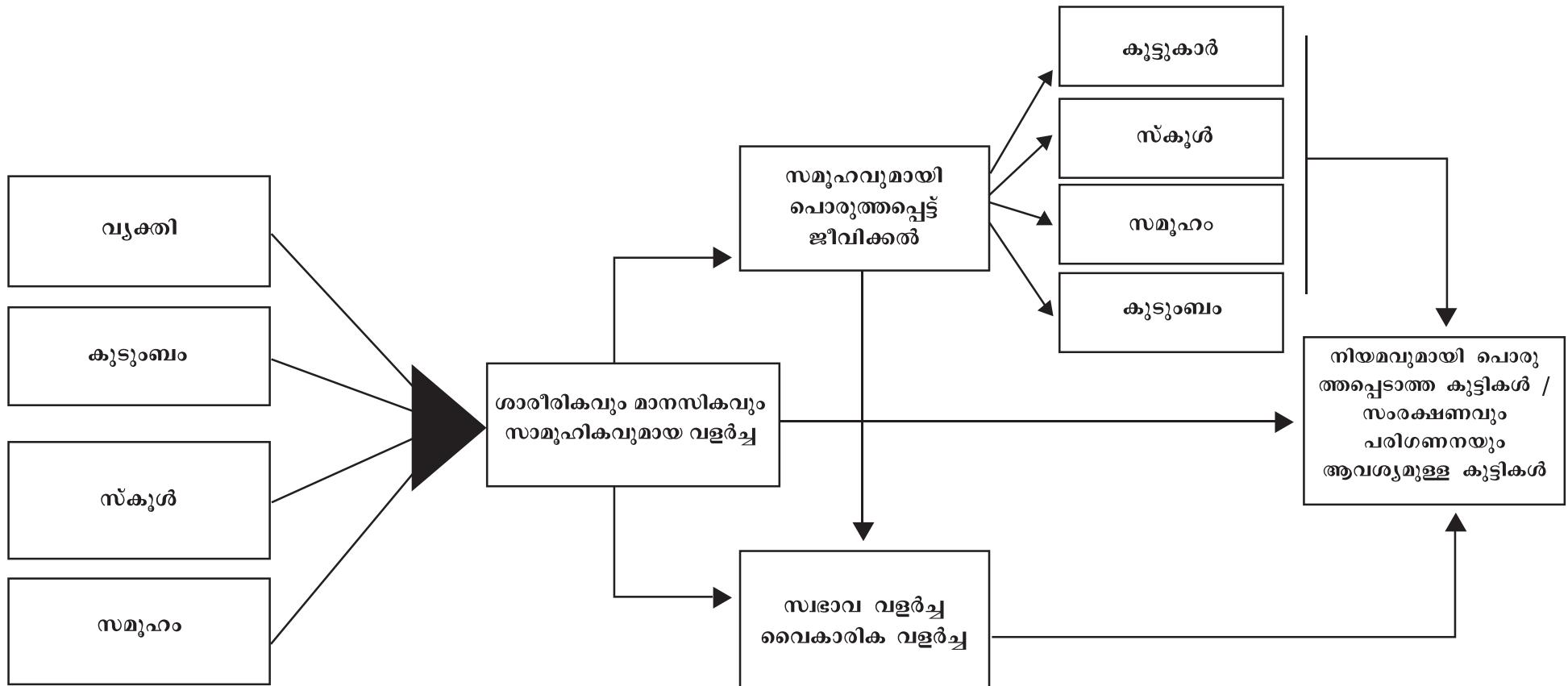
വ്യക്തിപരമായ പ്രശ്നങ്ങൾ	കൂടുംബ പ്രശ്നങ്ങൾ	സ്കൂളിലുള്ള പ്രശ്നങ്ങൾ	സാമൂഹ്യ പ്രശ്നങ്ങൾ

- നിയമവുമായി പൊരുത്തപ്പോതെത്തിനാൽ കൂട്ടിക്കുണ്ടാകുന്ന പ്രശ്നങ്ങൾ

ശാരീരികം
മാനസികം
സാമൂഹികം

- കൂട്ടികൾ ചില ആപത്ത് ഘടകങ്ങളിലേക്ക് എത്തിപ്പെടുകയും അത് അവരുടെ ഇടയിലെ അരക്ഷിതാവസ്ഥക്ക് ആകം കൂടുകയും ചെയ്യുന്നു ഈ കൂട്ടികൾ നിയമവുമായി പൊരുത്തപ്പോതവരായി മാറുന്നു.
- ഈ ആപത്ത്‌ലാടകങ്ങൾ കൂട്ടികളിൽ ശാരീരികം മാനസികം, സാമൂഹികം, വ്യക്തി ബന്ധം എന്നിവയിലുള്ള ബുദ്ധി മുട്ടുകളായി പ്രത്യേകം പ്രത്യേകം പ്രസ്താവിക്കുന്നു.

## 7. കൂട്ടികൾ നിയമവുമായി പൊരുത്തപ്പെടാത്ത അവസ്ഥയിലേക്ക് എത്തിച്ചേരുന്ന മാർഗ്ഗങ്ങൾ



- നിയമവുമായി പൊരുത്തപ്പെടാത്ത കൂട്ടികൾ വ്യക്തി, കൂടുംബം, സമൂഹം എന്നിവിടങ്ങളിൽ നിന്ന് ബുദ്ധിമുട്ടുകളുണ്ടാക്കുന്നു. ഈ അവർക്ക് വളരെ അധികം വേദന ഉണ്ടാക്കുന്നു.
- ഈ ബുദ്ധിമുട്ടുകളും വേദനകളും കൂട്ടികളുടെ ശാരീരികവും മാനസികവും സാമൂഹികവും ആയ വളർച്ചയെ ബാധിക്കുകയും അത് അവരുടെ സമൂഹത്തിൽ ശരിയ ഫലാന്തര രീതിയിൽ ഇടപഴക്കുന്നതിനും സഭാവ വൈകാരിക പ്രശ്നങ്ങൾക്കും വഴിവയ്ക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.
- സമൂഹവുമായി പൊരുത്തപ്പെടാൻ ബുദ്ധിമുട്ടുള്ള കൂട്ടികൾക്ക് സുഹൃത്തുകൾ, സകുൾ, സമൂഹം, കൂടുംബം എന്നിവയുമായി പ്രശ്നങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കാനുള്ള സാധ്യത കൂടുതലാണ്.
- ഈ ഘടകങ്ങൾ എല്ലാം തന്നെ സമൂഹ്യ മര്യാദകൾക്ക് അനുസ്യൂതമല്ലാത്ത സഭാവരീതികൾ കൂട്ടികളിൽ ഉണ്ടാക്കുന്നതിന് കാരണമാവുകയും, കൂടി നിയമവുമായി പൊരുത്തപ്പെടാത്ത അവസ്ഥയിലേപ്പെടുകയും ചെയ്യുന്നു.

## 8. നിയമവുമായി പൊരുത്തപ്പെടാത്ത കൂട്ടികളുടെ ബാല്യകാല അനുഭവങ്ങൾ

അനുഭവം

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

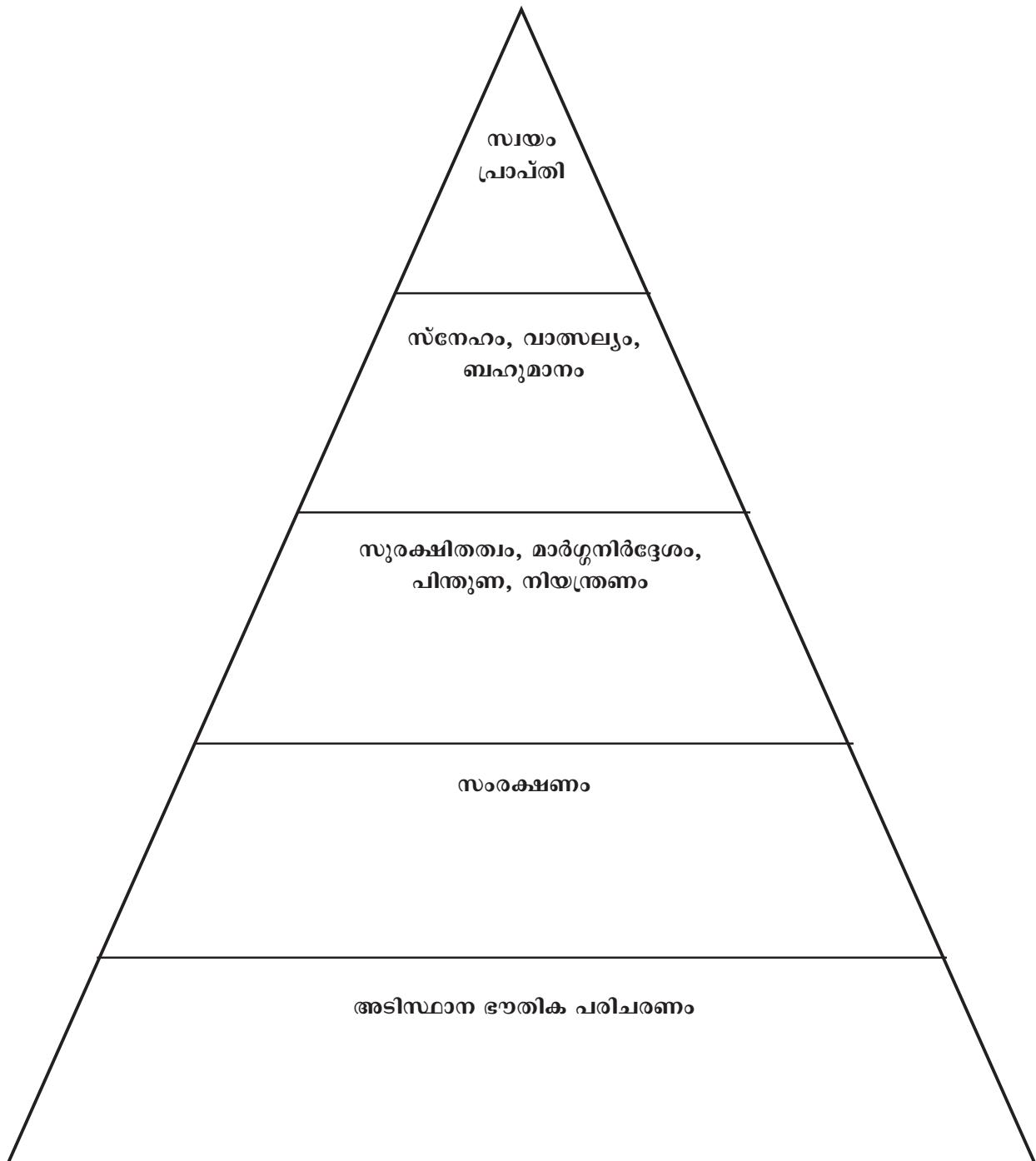
---

---

---

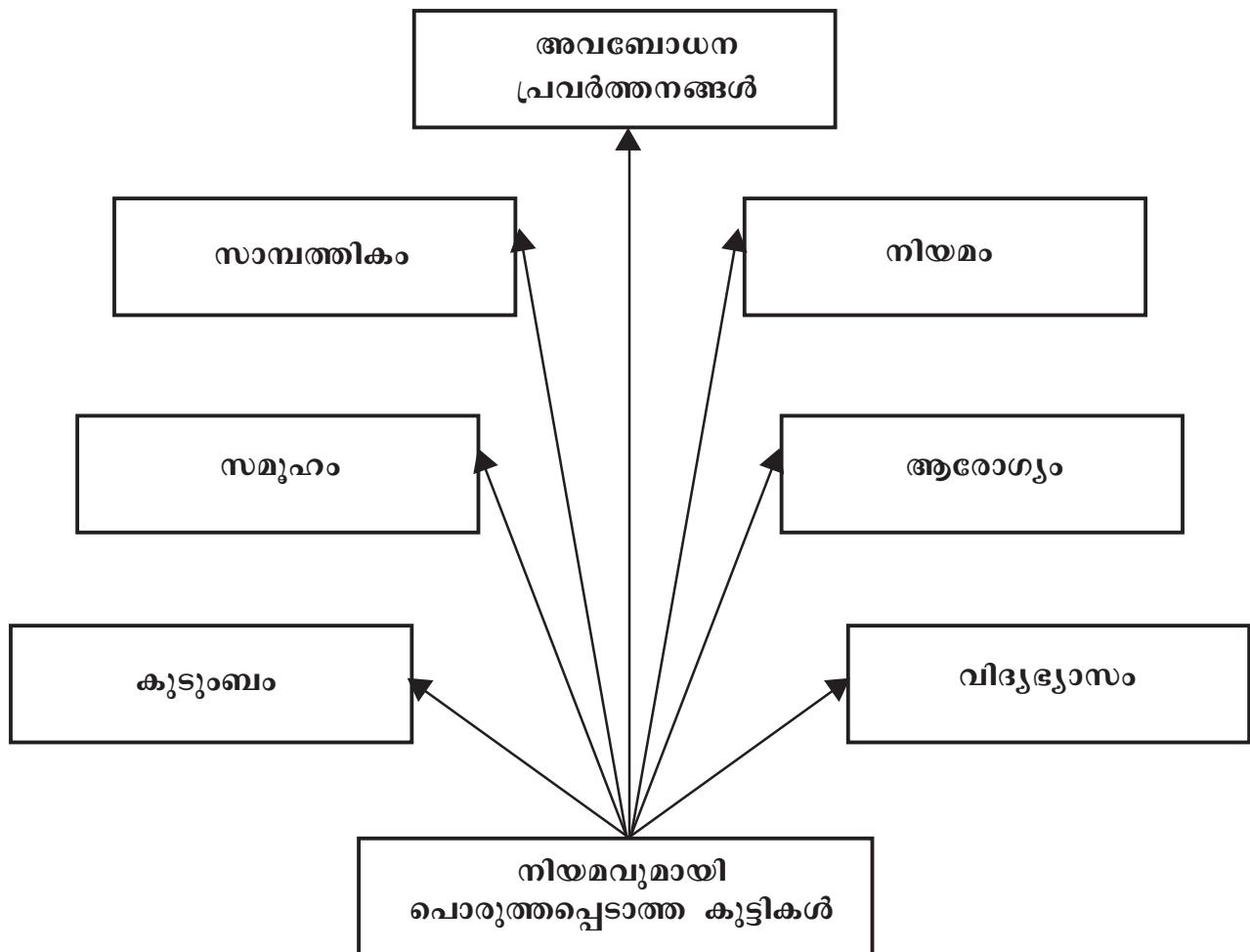
1. ഈ സംഭവം ഉണ്ടായപ്പോൾ നിങ്ങൾക്ക് എന്നാണ് തോന്തിയത്?
  2. ആരാൻ നിങ്ങളെ സഹായിച്ചുത്?
  3. ആ സാഹചര്യവുമായി നിങ്ങൾ എങ്ങനെ പൊരുത്തപ്പെട്ടു?
- വേദനാജനകമായ സംഭവങ്ങൾ കട്ടുത്ത മാനസിക വ്യഥ ഉണ്ടാക്കുന്നു.
  - ഇത് പലതരത്തിലുള്ള തെറ്റായ വികാര പ്രകടനങ്ങളിലേക്ക് നയിക്കാം.
  - കൂട്ടികളുടെ മാനസിക പ്രശ്നങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കുന്നതു വഴി അവരുടെ ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ ശത്രായി മനസ്സിലാക്കാം.

## 9. നിയമവുമായി പൊരുത്തപ്പെടാത്ത കൂട്ടികളുടെ ആവശ്യങ്ങൾ

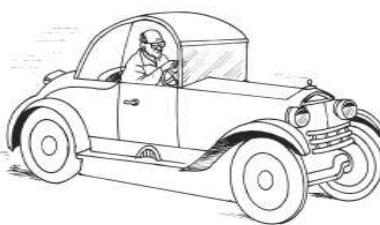
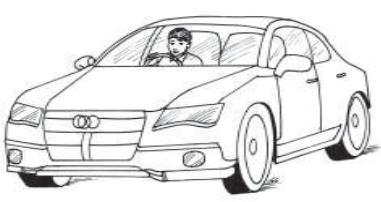


- നിയമവുമായി പൊരുത്തപ്പെടാത്ത കൂട്ടികൾക്ക് മാനസികവും സാമൂഹികവുമായ ആവശ്യങ്ങൾ ലഭ്യമാക്കേണ്ട താണ്.
- അവരുടെ ആവശ്യങ്ങൾ നിരവോധിയാൽ മാത്രമേ സമഗ്രമായ ഇടപെടൽ സാധ്യമാകു.

## 10. മാനസിക സാമൂഹിക സംരക്ഷണ സംവിധാനങ്ങളും സേവന ശ്രൃംഖലകളും



## 11. നിയമവുമായി പൊരുത്തപ്പെടാത്ത കൂട്ടികളുടെ സംരക്ഷകരുടെ ഉത്തരവാദിത്വം

- നിയമവുമായി പൊരുത്തപ്പെടാത്ത കൂട്ടികൾക്ക് മാർഗ്ഗ നിർദ്ദേശവും പിന്തുണയും ആവശ്യമാണ്.
- ശിക്ഷാനന്പടികൾ അവരിൽ കണ്ണുവരുന്ന അസാധാരണമായ പെരുമാറ്റങ്ങൾ ബലപ്പെടുത്താൻ കാരണമാകും.
- ഈ കൂട്ടികളെ സംരക്ഷിക്കുന്നതിനായി വിവിധ വ്യക്തികൾ/വകുപ്പുകൾ ഒന്നിച്ചു പ്രവർത്തിക്കേണ്ടതുണ്ട്.
- ഈ പ്രവൃത്തിയിൽ പങ്കുചേരുന്ന ഓരോരുത്തർക്കും കൃത്യമായ ഉത്തരവാദിത്വങ്ങൾ ചിട്ടപ്പെടുത്തിയിട്ടുണ്ട്.

## 12. കൂട്ടികളുടെ പെരുമാറ്റ വൈകല്യങ്ങളും വൈകാരിക പ്രശ്നങ്ങളും.

വളർച്ചയിലുള്ള വൈകല്യങ്ങൾ	പ്രകടമാക്കപ്പെടുന്ന വൈകല്യങ്ങൾ	ആന്തരികമായുള്ള വൈകല്യങ്ങൾ/പ്രശ്നങ്ങൾ
--------------------------	--------------------------------	--------------------------------------

അപകട സാധ്യത: .....

.....  
.....

തിരിച്ചറിയപ്പെട്ട അപകട സാധ്യതകൾ: .....

.....  
.....

കൂട്ടികളെ പിന്തുണയ്ക്കൽ: .....

.....  
.....

പ്രശ്നങ്ങൾ കൈകാര്യം ചെയ്ത്: .....

.....  
.....

റഫറൽ: .....

.....  
.....

**13. നിയമവും പൊരുത്തപ്പെടാത്ത കൂട്ടികളുടെ മാനസികവും  
സാമൂഹികവുമായ പ്രശ്നങ്ങളെ മനസ്സിലാക്കുകയും കൈകാര്യം ചെയ്യലും**

പ്രശ്നം	പ്രശ്നത്തിനുള്ള കാരണം	കൈകാര്യ രീതി
ഒളിച്ചോടുവാനുള്ള പ്രവണത		
മോഷണം		
അക്കമ സ്വഭാവം		
വിഷാദം		
സവർജ്ജ ലൈംഗിക താൽപ്പര്യം		
ഉപദ്രവിക്കൽ (Bullying)		
സയം നശീകരണ പ്രവൃത്തികൾ		
വഴക്കുണ്ടാക്കലും കലാറവും		
പഠനസംബന്ധമായ ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ		

- കൂട്ടിനേരിട്ടന പ്രശ്നങ്ങളും ബുദ്ധിമുട്ടുകളും പ്രകടമാകുന്നത് അവൻ്റെ പെരുമാറ്റത്തിലാണ്.
- കൂട്ടിയുടെ പെരുമാറ്റ പ്രശ്നങ്ങൾ സഹായത്തിനായുള്ള സൂചനകളാണ്

## **14. നിയമവുമായി പൊരുത്തപ്പെടാത്ത കൂട്ടികളുടെ കണ്ണസലിംഗ് (റോൾ ഫോ)**

### **14.1. ബന്ധം സഹാപികരൽ**

ഉഷ്മാലവും സഹഹാർദ്ദപരവുമായ സമീപനം

.....

.....

.....

പ്രസന്നമായ വ്യക്തിത്വം

.....

.....

.....

സ്വയം പരിചയപ്പെടുത്തൽ

.....

.....

.....

കൂട്ടിയോട് സ്വയം പരിചയപ്പെടുത്താൻ ആവശ്യപ്പെടുക

.....

.....

.....

### **14.2. തൈയീഭവം**

കൂട്ടിയുടെ വ്യക്തിത്വത്തെ ബഹുമാനിക്കുക

.....

.....

.....

കൂട്ടിയെ പേരുവിളിച്ച് അഭിസംബോധന ചെയ്യുക

.....

.....

.....

കൂട്ടിയെ കളിയാക്കാതിരിക്കുക

.....

.....

.....

കൂട്ടിയെവിലകുറച്ച് കാണാതിരിക്കുക

.....

.....

.....

#### **14.3. കൂട്ടിക്ക് പരിയാനുള്ളത് ശബ്ദിച്ച് കേൾക്കുക**

വെന്തിലോഹങ്ങൾ

.....  
.....  
.....  
.....

ശശയോടെ കേൾക്കൽ

.....  
.....  
.....  
.....

ശബ്ദിച്ച് കേൾക്കുകയും അതു കൂട്ടിയെ ബോധ്യപ്പെടുത്തുകയും ചെയ്യുക

.....  
.....  
.....  
.....

ശശമാറിപ്പോകാതിരിക്കാൻ ശ്രമിക്കുക

.....  
.....  
.....  
.....

ശരിയായ ശരീരഭാഷ ഉപയോഗിക്കുക

.....  
.....  
.....  
.....

കൂട്ടിയെ ഉപദേശിക്കാതിരിക്കുക

.....  
.....  
.....  
.....

#### **14.4. വികാരങ്ങൾ തിരിച്ചറിയലും അംഗീകരിക്കലും (രോഗ പ്ലി)**

നിരീക്ഷണം

.....  
.....  
.....  
.....

കൂടിയോടൊപ്പമുണ്ടാകുക

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

ബെയ്രൂം പകരുക

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

**14.5. വിമർശനാത്മകമല്ലാത്ത ചിന്താഗതിയും(മനോഭാവവും) സ്വീകരിക്കലും(അംഗീകരിക്കലും)**

കൂടിയോട് സത്യസന്ധിയും വ്യക്തവ്യമായ സമീപനം

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

വികാര വിചാരങ്ങളെ തിരിച്ചറിയലും അംഗീകരിക്കലും

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

കൂടിയെ അംഗീകരിക്കുക

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

കൂടിയെ ഉപദേശങ്ങളാൽ മുടാതിരിക്കുക

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

കൂടിക്ക് ബെയ്രൂം നൽകുക

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

**14.6. ചോദ്യം ചോദിക്കലും വ്യാവ്യാനിക്കലും**

ചോദ്യം ചെയ്യൽ

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

വ്യാവ്യാനിക്കൽ

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**14.7. ദിനചര്യകൾ സ്ഥാരണാവസ്ഥയിലാക്കൽ**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**14.8. കളികൾക്കും മറ്റു പ്രവർത്തനങ്ങൾക്കുമുള്ള പ്രോത്സാഹനം**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

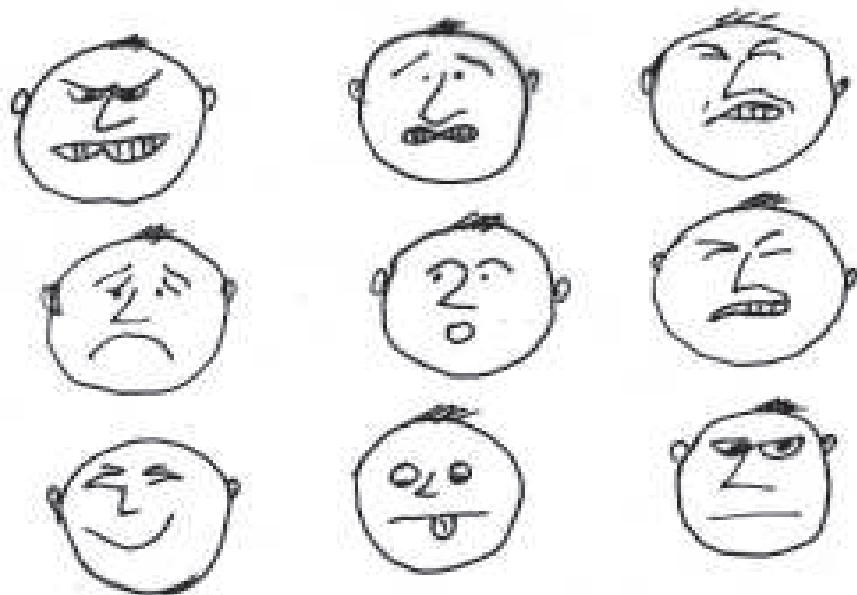
---

---

---

## 15. കൂട്ടികളുടെ മാനസിക-സാമൂഹിക സംരക്ഷണത്തിനുള്ള മാധ്യമങ്ങളുടെ ഉപയോഗം

### 15.1. മുവ ഭാവങ്ങൾ



പ്രാഞ്ചം - 1

ഇപ്പോഴുള്ള അവസ്ഥയെകുറിച്ചുള്ള കൂട്ടിയുടെ വികാര വിചാരങ്ങൾ

.....  
.....  
.....  
.....

പ്രാഞ്ചം - 2

പ്രശ്നങ്ങൾ ജീവിതത്തിലുണ്ടാക്കിയ ആഖാതവും അതേ പറ്റിയുള്ള കൂട്ടിയുടെ വിചാരങ്ങളും

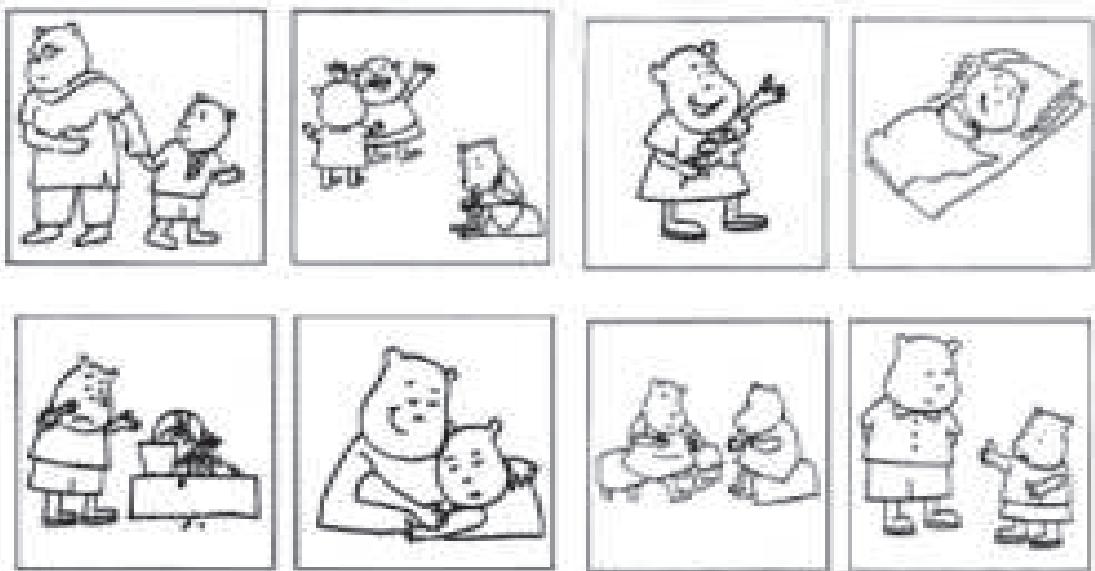
.....  
.....  
.....  
.....

പ്രാഞ്ചം - 3

ഭാവി ജീവിതത്തെ കുറിച്ചുള്ള പദ്ധതികൾ

.....  
.....  
.....  
.....

## 15.2. വിഷയാധിഷ്ഠിത ചിത്രങ്ങൾ



പരിശോധന - 1

എൻ്റെ ജീവിതത്തിലെ കമ്മ

---

---

---

---

പരിശോധന - 2

ജീവിതത്തിലെ ബുദ്ധിമുട്ടുള്ള സാഹചര്യങ്ങളെ കുറിച്ചുള്ള എൻ്റെ വിചാരങ്ങൾ

---

---

---

---

പരിശോധന - 3

ജീവിത പ്രശ്നങ്ങൾ

---

---

---

---

പരിശോധന - 4

എൻ്റെ ഭാവി

---

---

---

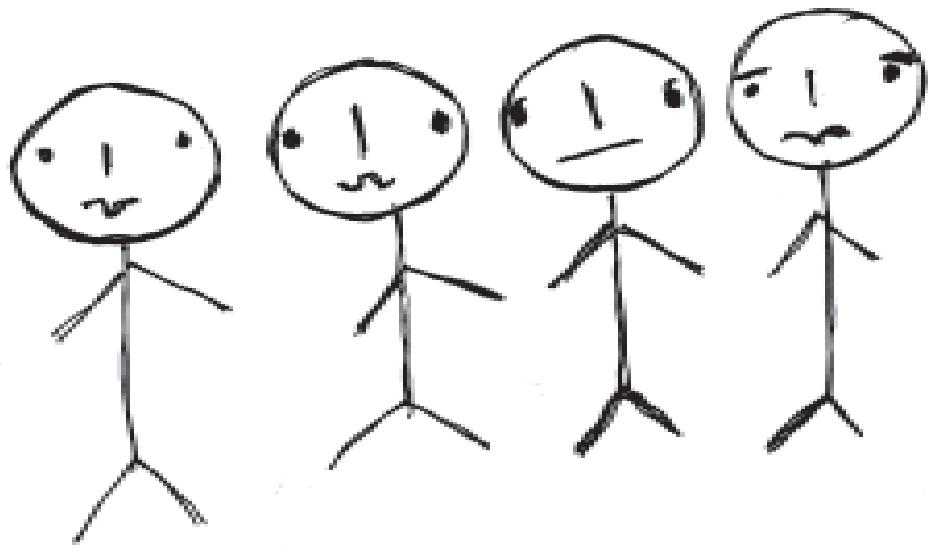
---

### 15.3. കുടുംബ ശായാചിത്രം

ലക്ഷ്യം : കൃതിയുടെ കുടുംബം, കുടുംബത്തിലെ ഓരോ അംഗത്തിന്റെയും വൈകാരികാവസ്ഥ, കൃതിക്ക് ഓരോ കുടുംബംവുമായുള്ള ബന്ധവും വികാര വിചാരങ്ങളും.

ഘട്ടം - 1

നിങ്ങളുടെ കുടുംബ ശായാചിത്രം വരയ്ക്കുക.



എൻ്റെ കുടുംബം: .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

#### **15.4. ചിത്രരചന**

**ചലനം - 1**

ജീവിതത്തിലുണ്ടായ ദു:ഖകരമായ ഒരു അനുഭവം

**ചലനം - 2**

ജീവിതത്തിലുണ്ടായ ദു:ഖങ്ങളും ബുദ്ധിമുട്ടുകളും

**ചലനം - 3**

നിങ്ങളുടെ ഭാവി എങ്ങനെന്ന ആയിരിക്കണം

## 15.5.ലേവനം / എഴുതുക

**ലക്ഷ്യം:** കൂടിയുടെ ജീവിതത്തെയുലച്ച് സംഭവത്തെ കുറിച്ചുള്ള അവസ്ഥ/അവളുടെ വികാര വിചാരങ്ങൾ എഴുതൽ എന്ന മാധ്യമത്തിലൂടെ വെളിപ്പെടുത്തുവാനും അതു വഴി ആ സംഭവത്തെ കുറിച്ചുള്ള കൂടിയുടെ വികാര വിചാരങ്ങൾ അംഗീകരിക്കാനും പ്രാപ്തയാകുന്നു. ജീവിതത്തിലെ സന്ദേശകരമായ നിമിഷങ്ങളെ കുറിച്ചുതാനും കഴിഞ്ഞുപോയ കാലവുമായി പൊതുത്തപ്പട്ടാനും ജീവിതത്തെക്കുറിച്ച് ശുഭാപ്തി വിശാസം വളർത്തുവാനും സഹായിക്കുന്നു.

**എടു - 1**

എന്ന അലടുന്ന സംഭവം :

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

**ജീവിതത്തിലുണ്ടായ വലിയാരു നഷ്ടം**

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

**ജീവിതത്തിലുണ്ടായ വളരെ ദുഷ്കരമായ ഒരു അനുഭവം**

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

**ജീവിതത്തിലുണ്ടായ വളരെ സന്ദേശകരമായ ഒരു അനുഭവം**

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

**എൻ്റെ ഭാവി സുന്ദരമാക്കാൻ താൻ എന്തു ചെയ്യണം**

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

#### **15.6. പാപകൾ**

**ലക്ഷ്യം:** കുട്ടിയുടെ ജീവിതത്തിലെ പ്രധാന കമ്പാടത്തേൽപ്പെടെ പാപകളായി പ്രതീകാത്മകമായി ഉപയോഗിച്ച് ഏകാണ്ട് അവരെ/അവളുടെ ജീവിത കമയും സംഭവങ്ങളും വിവരിക്കാൻ സഹായിക്കുന്നു.

**എടു - 1**

എൻ്റെ ജീവിതത്തിലെ കമ:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### **15.7. കളിമൺ മാതൃകാ നിർമ്മാണം**

**ലക്ഷ്യം:** കുട്ടികളുടെ നിശ്ചയാരമക ചിന്തകൾ നിയന്ത്രിക്കുവാനും ധാമാർത്ഥ്യ ബോധവേൽാട്ടു കുട്ടി ജീവിതത്തെ സമീപിക്കുവാനും ഭാവനകൾ സാക്ഷാൽക്കരിക്കുവാനും സഹായകമാകുന്നു.

**പദ്ധതി - 1**

ജീവിതത്തിലെ നഷ്ടങ്ങൾ:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**പദ്ധതി - 2**

എന്ന സന്ദേശിപ്പിക്കുന്ന കാര്യങ്ങൾ:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

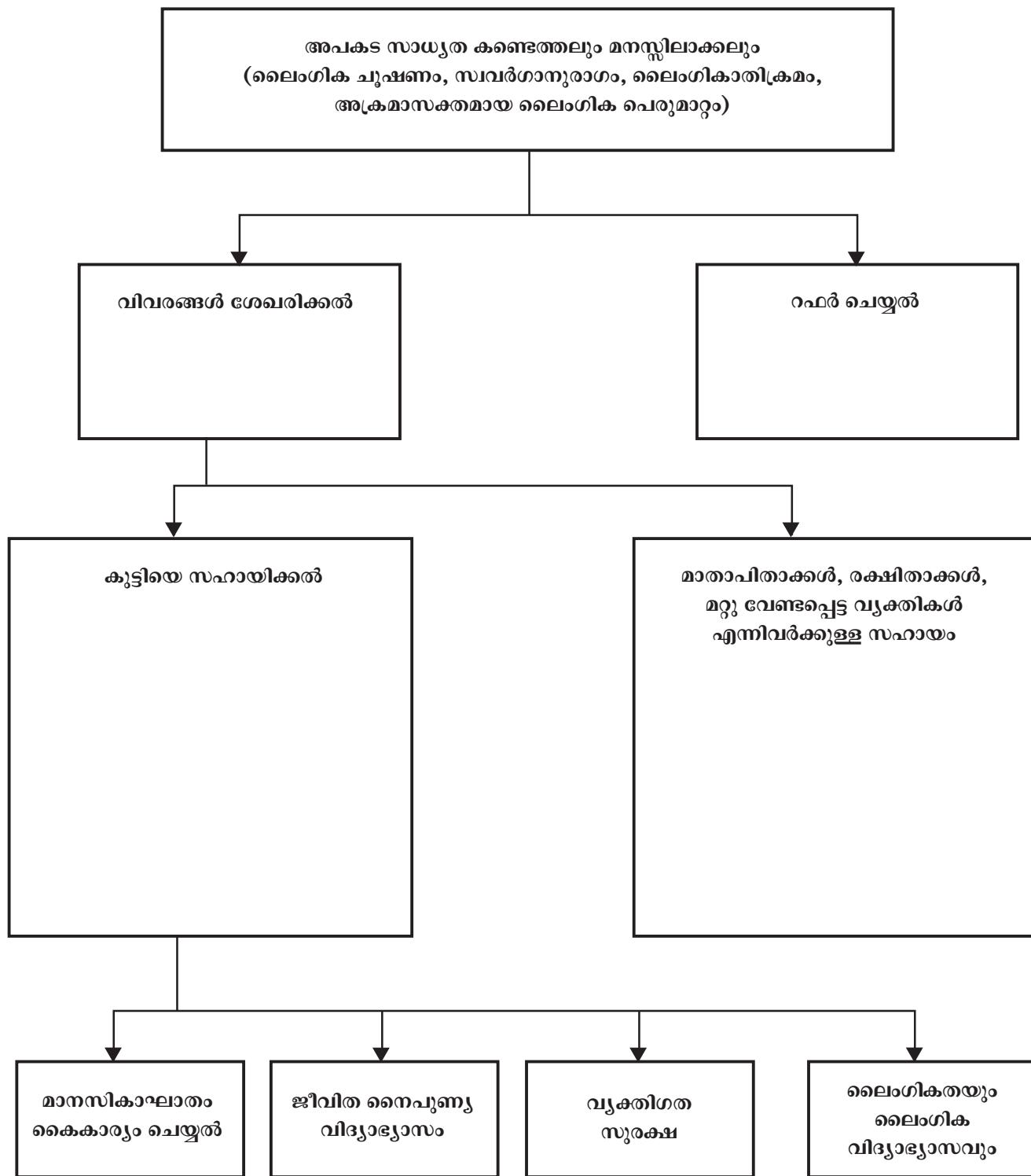
---

---

---

---

## 16. ലൈംഗികതയും ലൈംഗിക ചുണ്ണാവും



### **16.1 കൗമാരക്കാരിലെ ലൈംഗികവളർച്ച**

വിവിധ പ്രായത്തിലുള്ള കൗമാരക്കാരുടെ ലൈംഗികവളർച്ചയെക്കുറിച്ച് ചർച്ച ചെയ്യുക.

<b>0-6 വയസ്സ്</b>	<b>7-12 വയസ്സ്</b>	<b>13-18 വയസ്സ്</b>

.....

.....

.....

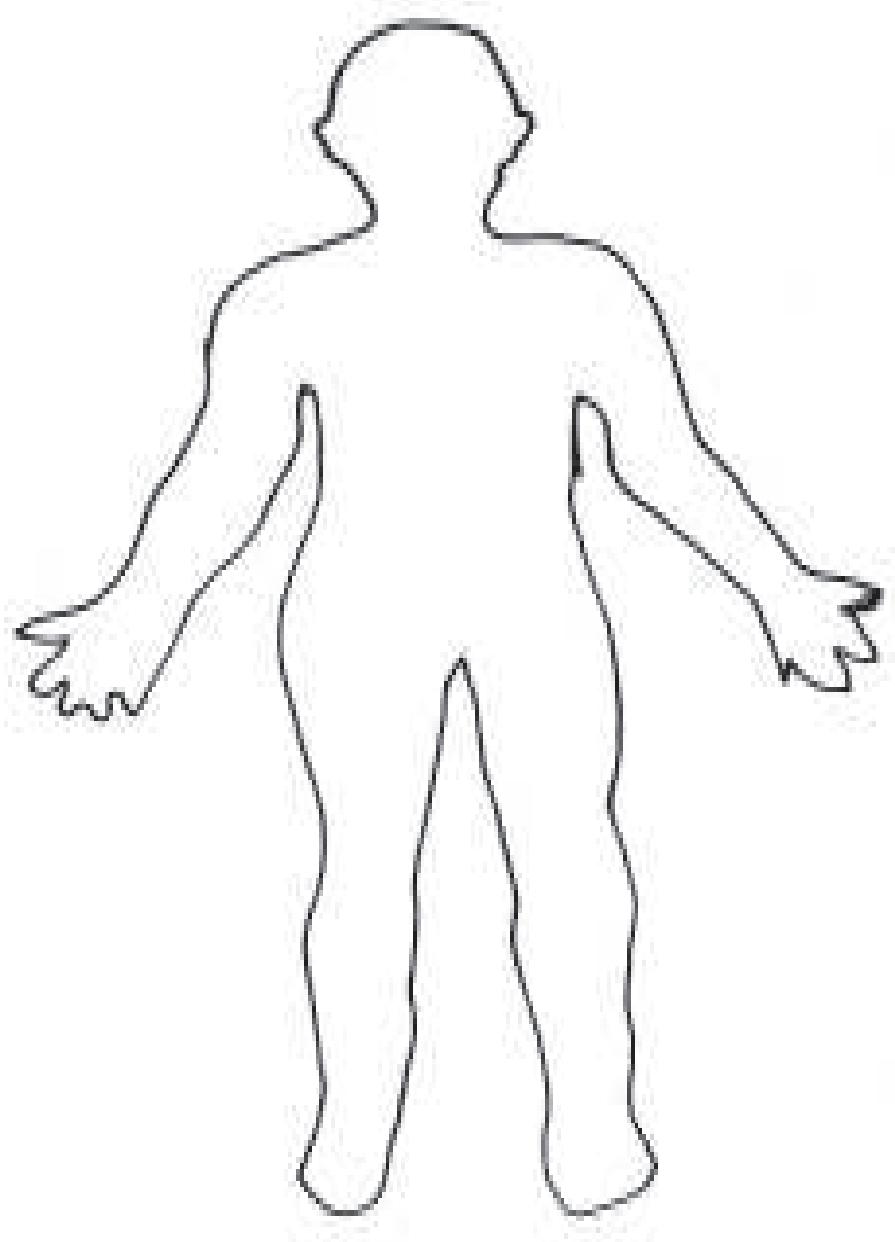
.....

.....

.....

.....

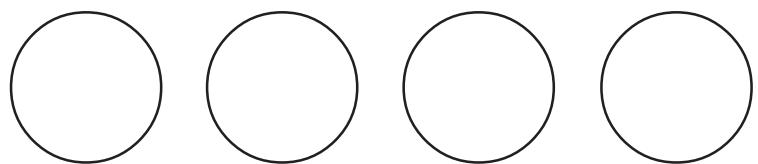
## 16.2 ശാരീരിക വളർച്ച സാമ്പൂഹികപദ്ധതിലാൽ നിന്നുകൊണ്ടു മനസ്സിലാക്കുക



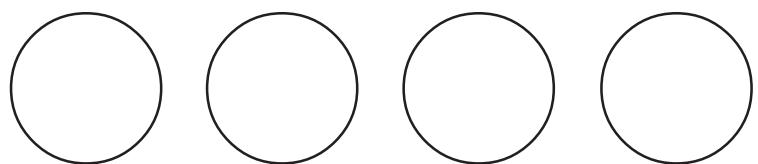
1. പ്രധാന ശരീരഭാഗങ്ങൾ എന്തെല്ലാം?
2. ഈ ശരീരഭാഗങ്ങളുടെ പ്രവർത്തനം എന്തെല്ലാം?
3. നിങ്ങളുടെ ശരീരത്തിലും ശരീരഭാഗങ്ങളിലും വളർച്ചയുടെ ഭാഗമായി വന്നിട്ടുള്ള മാറ്റങ്ങൾ എന്തെല്ലാം?
4. ഈ പ്രവർത്തനത്തിൽ നിന്നും നിങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കിയതെന്ത്?

### 16.3 കാമാരകാർ തമ്മിലുള്ള ബന്ധങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കുക

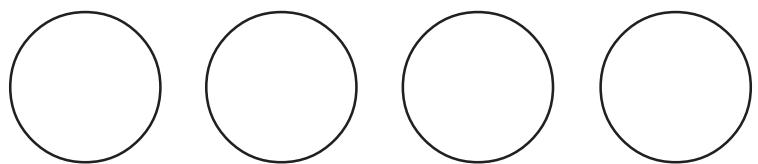
സൃഷ്ടിക്കവയം



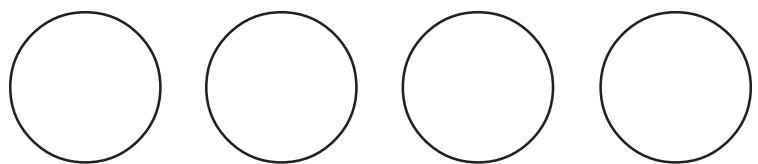
ആകർഷണം



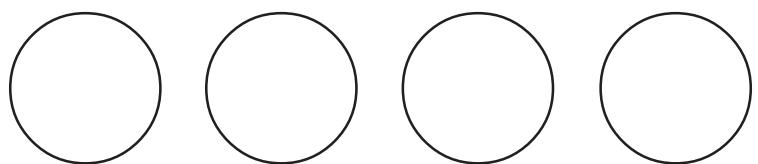
ത്രേശം



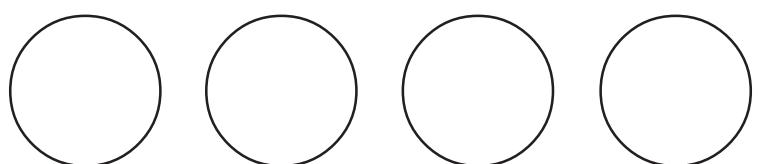
ചോദ്യം



വിവാഹം



വിശ്വാസ്യതയുള്ള ബന്ധം

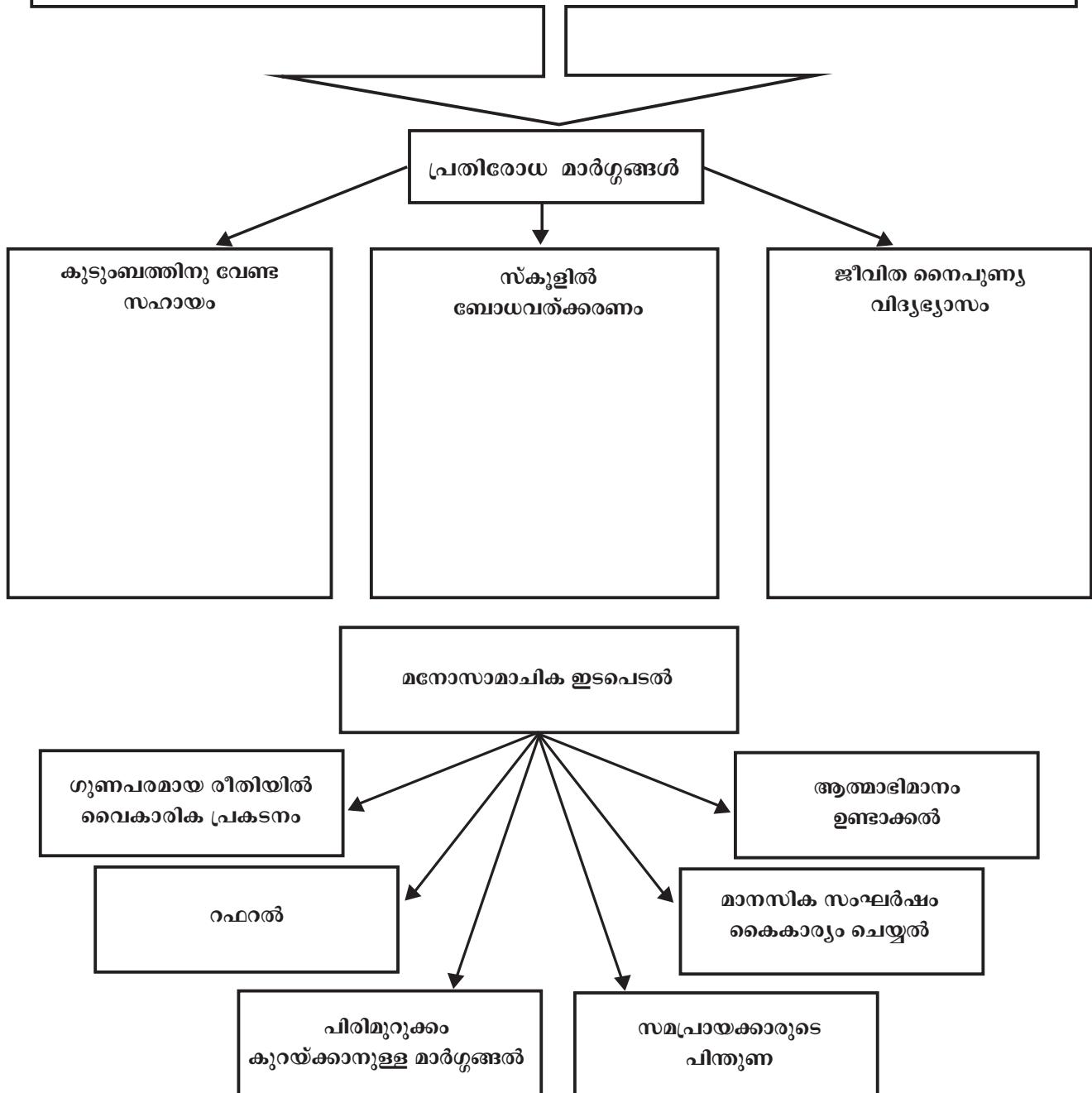


#### 16.4 അപകടകരമായ സന്ദർഭങ്ങൾ തീരുച്ചുറയുക

1. രാജനൂം സുധയും ഒരു വിവാഹത്തിൽ വച്ചു പരിചയപ്പെടുകയും അടുത്തള്ളു ഒരു വിനോദസംഖാരക്കേന്നതിലേക്ക് പോകാൻ തീരുമാനിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.	
2. സജീവിയുടെ സുഹൃത്തിന്റെ സഹോദരൻ ദേവ അവളുടെ കുടെ ബന്ധം സ്വന്നാപ്പ് വരെ കൂടുപോകുന്നു. ദേവിനെ നല്ലതുപോലെ അനിയുന്നതിനാൽ സജീവി സമ്മ തിക്കുന്നു.	
3. സിനിമകളിൽ കാണുന്ന ലെഡംഗിക സംഭവങ്ങളെക്കുറിച്ച് സുരജ്യം കൂടുകാരും സംസാരിക്കുന്നു.	
4. ഫീഡ് തനിക്ക് പരിചയമില്ലാത്ത നഗരത്തിൽ രാത്രി തനിയെ എത്തിപ്പെടുന്നു. തീർത്തും അപരിചിതനായ ഒരാൾ ഫീഡ് ദേവ സഹായിക്കാം എന്നു പറഞ്ഞ മുന്നോട്ടു വരുന്നു.	
5. ഷാരോൺും സിനിയും പ്രണയത്തിലാണ്. തന്നോടു കിടക്കു പകിടാൻ ഷാരോൺ സിനിയെ നിർബന്ധിക്കുന്നു.	
6. കൈവിനും കൂടുകാരും പെൺകുട്ടികളെ മോശമായരീതിയിൽ കളിയാക്കുന്നു.	
7. രമേഷ് കൂടുകാരോടൊത്ത് മദ്യപിച്ചശേഷം ഒരു ലെഡംഗിക തൊഴിലാളിയെ സമീ പിക്കാൻ തീരുമാനിക്കുന്നു.	
8. ധ്യാനും സിൽവിയയും ഒരേ ക്ലാസിൽ പഠിക്കുന്ന പ്രണയിതാക്കളാണ്. അവർ കോൺ (ഇറ) ഉപയോഗിക്കാതെ ലെഡംഗികബന്ധത്തിൽ ഏർപ്പെടുന്നു.	
9. 18 വയസ്സുള്ള മണി നല്ലതുപോലെ സന്ധാരിക്കുന്ന ഒരു ചെറുപ്പിക്കാരനാണ്. അയാൾ 16 വയസ്സുള്ള തന്റെ കാമുകിയെ കല്പ്പാണം കഴിക്കാൻ തീരുമാനിക്കുന്നു.	
10. ജെയിംസ് തന്റെ കാമുകിയുടെ വീടിലേക്ക് അർദ്ധരാത്രിയിൽ പോകുന്നു.	
11. ക്രൂരനായ തന്റെ മുതലാളിയോട് പകവീടുവാനായി അയാളുടെ മകളെ ബലാ തംഗം ചെയ്യാൻ ബിജു തീരുമാനിക്കുന്നു.	
12. മാതാപിതാക്കളുടെ സമ്മതത്തോടെ തന്റെ അയൽവാസിയായ ജയയുടെ വീടിൽ കൂടുപംനം (Combined Study) ചെയ്യാൻ രാജ് തീരുമാനിക്കുന്നു.	
13. ആളൊഴിവെ സഹാരതേക്ക് കാമുകിയുമായി വരാൻ നയാസിന്റെ കൂടുകാർ അവനെ പ്രേരിപ്പിക്കുന്നു.	
14. 9-10 ക്ലാസിൽ പഠിക്കുന്ന പാർവതിയും ജോൺും തങ്ങളുടെ പ്രണയം മാതാപി താക്കൾ അംഗീകരിക്കില്ലെ എന്നു ഭയന് ഓടിപ്പോകാൻ തീരുമാനിക്കുന്നു.	
15. തനിക്കു ഇഷ്ടമുള്ള കൂട്ടിയോടു പ്രണയം ഉദ്ദേശ്യിക്കമായി തുറന്നു പറയുന്ന തിനുമുന്ന് പഠനത്തിൽ ശ്രദ്ധിച്ച് നല്ല ജോലിയിൽ ചേരാൻ അനുപ്പ് തീരുമാനി ക്കുന്നു.	

## 17. കുട്ടികൾക്കിടയിലെ ഉയക്കു ഉറുന്നു ഉപയോഗം

കുട്ടികളെയും കൗമാരക്കാരെയും മയക്കുമരുന്നു ഉപയോഗം മുലമുള്ള ആസക്തിയും, ആരോഗ്യ പ്രശ്നങ്ങളും മനസ്സിലാക്കി കൊടുക്കുക.



## 18. നിയമവുമായി പൊരുത്തപ്പെടാൻ ബുദ്ധിമുട്ടോളേ കൂട്ടികൾക്കിടയിലെ ആര്യഹിതജ പ്രവണത

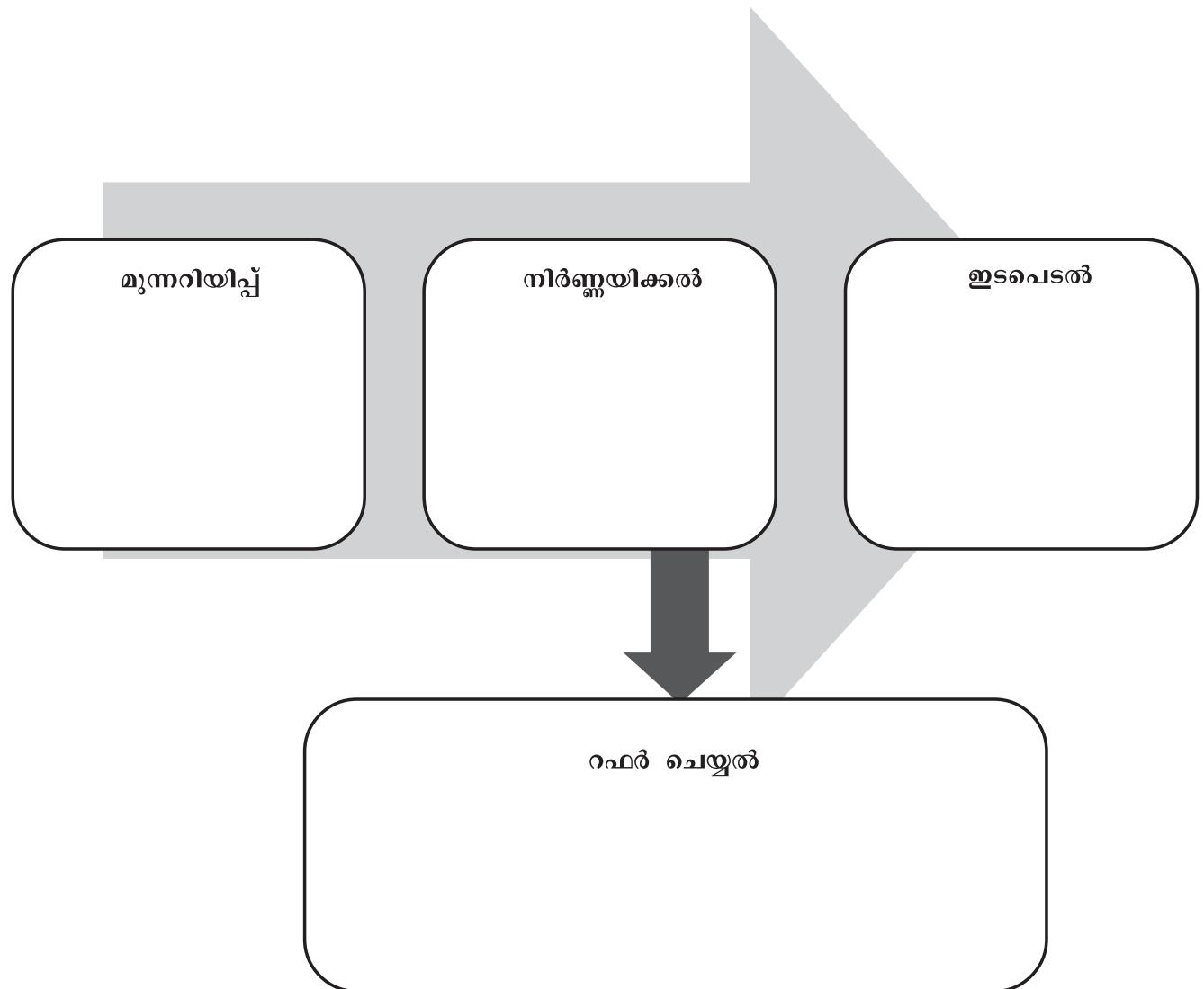
നിയമവുമായി സംഘർഷത്തിലേപ്പെട്ടുന്ന കൂട്ടികളിലെയും അവരുടെ കൂടുംബങ്ങളിലെയും അപകട സാധ്യത മനസ്സിലാക്കൽ :

.....

.....

.....

.....



പ്രത്യേകമായി സീകരിക്കേണ്ട മുൻകരുതലുകൾ:

.....

.....

.....

.....

## 19. പ്രതിസന്ധിലഭ്യങ്ങൾ തരണം ചെയ്യൽ

വിഭവങ്ങൾ രേഖപ്പെടുത്തുക

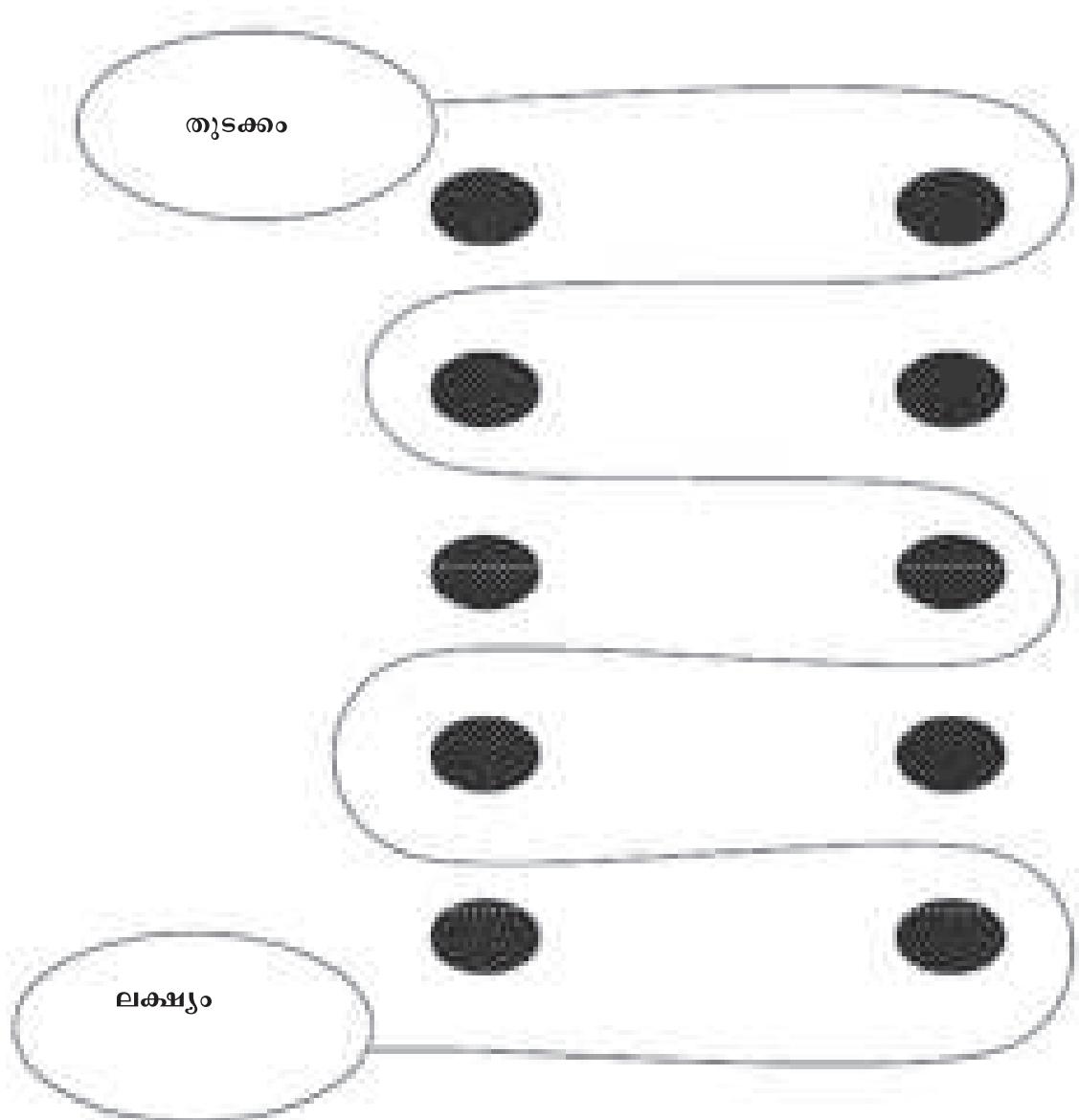
ഉത്തരവാദപ്പെട്ട വ്യക്തികൾ / ഉദ്യോഗസ്ഥർ ബന്ധപ്പെടാനുള്ള മേൽവിലാസം, ഫോൺനമ്പർ	അപകടലഭ്യത്തിൽ ബന്ധപ്പെടേണ്ട വ്യക്തി/ ഓഫീസ്
---	---

അപകടലഭ്യം	ബന്ധപ്പെടേണ്ട വ്യക്തി/ ഓഫീസ്	ബന്ധപ്പെടേണ്ടത് എപ്പോൾ	ബന്ധപ്പെടേണ്ട നമ്പർ
കൂടി സൂഷിടിച്ച അശ്വിബാധ			
കൂടി ഉൾപ്പെട്ടിട്ടുള്ള കലാപം			
കൂടിയുടെ ജീവനും സുരക്ഷയ്ക്കും ഉള്ള അപായം			
ലഹരിവസ്തു ഉപയോഗിച്ച തിരെ ഹലമായി ഉണ്ടാക്കുന്ന പ്രയാസങ്ങൾ			
നിയമവിരുദ്ധ പ്രവർത്തനത്തിന് ഇരയാവുക			
നിയമവിരുദ്ധ പ്രവർത്തനം നടത്തുക			
ലൈംഗിക പീഡനം			
ശാരീരിക പീഡനം			

**പ്രതിസന്ധിലഭ്യങ്ങളിൽ ഉപയോഗിക്കേണ്ട വസ്തുകൾ (Crisis Kit)**

20. നിയമവുമായി පൊരുത്തപ്പെടാത്ത കൂട്ടികളുടെ പ്രശ്നങ്ങൾ ജീവിത  
നൈപുണ്യ വിഭാഗാസ്ഥിലുടെ അടിസംഖ്യയെ ചെയ്ത്

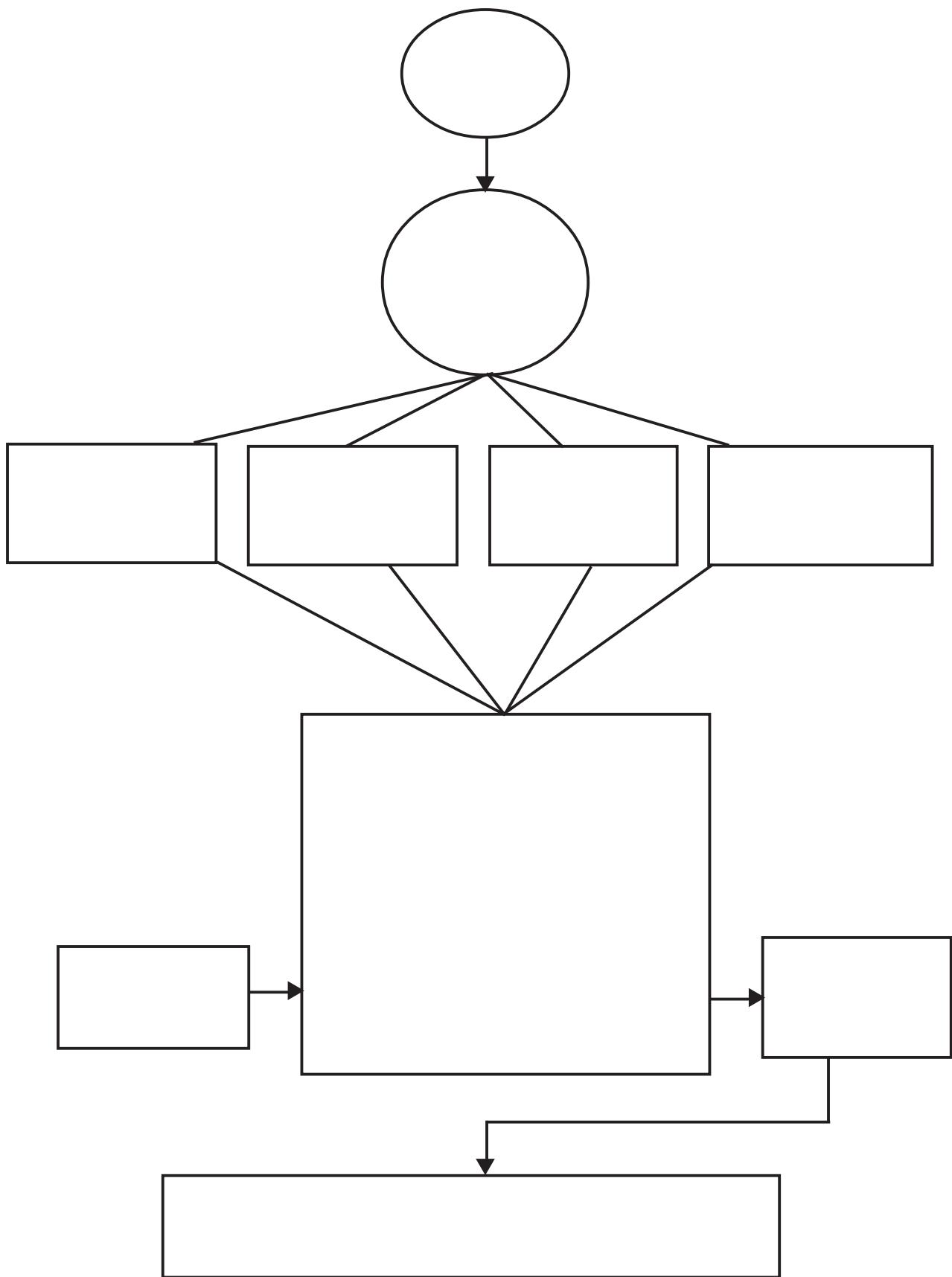
ആമുഖം



## 21. ജീവിത നൈപുണ്യങ്ങൾ



## 22. ജീവിത ക്രമപുണ്യ വിദ്യാഭ്യാസ പ്രവർത്തനങ്ങൾ



## 23. തീരുമാനമെടുക്കൽ



കുറിപ്പുകൾ : .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**തീരുമാനമെടുക്കൽ:** ഒരു പ്രശ്നം പരിഹരിക്കുന്നതിനായി ലഭ്യമായതും സാധ്യമായതുമായ എല്ലാ ഉപാധികളും / മാർഗ്ഗങ്ങളും കണ്ടെത്തി അവ ഓരോന്നിന്റെയും ഗുണ ദോഷവശങ്ങൾ എന്തെല്ലാമാണെന്ന് തീരുമാനിക്കുന്ന പ്രക്രിയ.

## 24. പ്രശ്ന പരിഹരണം



കുറിപ്പുകൾ : .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**പ്രശ്ന പരിഹരണം:** തിരഞ്ഞെടുത്ത ഓരോ മാർഗ്ഗങ്ങളേയും ഉപാധികളേയും സംബന്ധിച്ചുത്ത തീരുമാന അള്ളുട അടിസ്ഥാനത്തിൽ എറ്റവും ഉച്ചിതമായത് നടപ്പിലാക്കുന്ന പ്രക്രിയ ഇങ്ങനെ നടപ്പിലാക്കുന്നോൾ തടസ്സങ്ങൾ നേരിട്ടാലും ശുണ്ടപരമായ ഫലം ഉണ്ടാക്കുന്നതുവരെ അവ തുടരേണ്ടതാണ്.

## 25. വിമർശനാത്മക ചിത്ര

Figure - 1

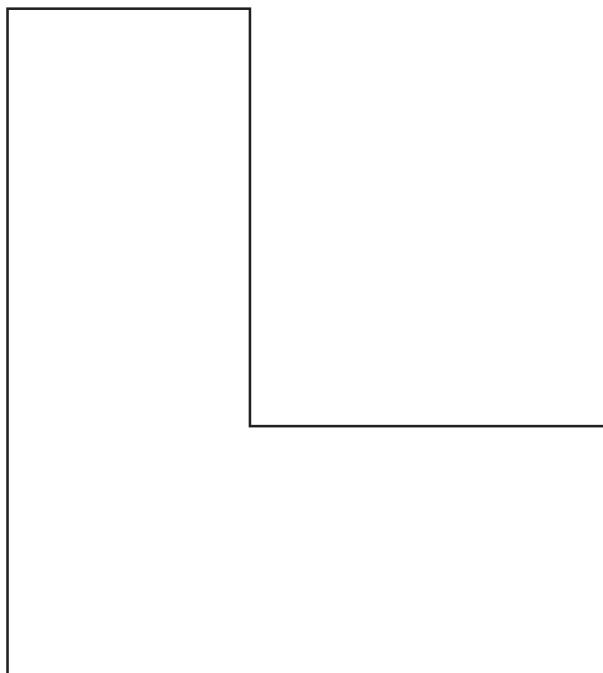
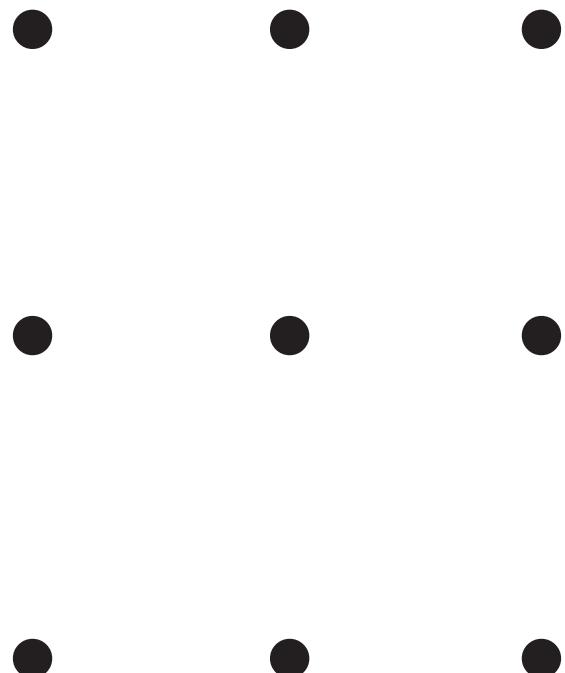


Figure - 2



കുറിപ്പുകൾ : .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**വിമർശനാത്മക ചിത്ര:** വിവരങ്ങളെയും അനുഭവങ്ങളെയും വസ്തുതിഷ്ഠംമായി വിശകലനം ചെയ്യാനുള്ള ശേഷി.

## 26. ക്രിയാത്മക ചിത്ര



ക്രിയാത്മക ചിത്ര

വിമർശനാത്മക  
ചിത്ര

കുറിപ്പുകൾ :

**ക്രിയാത്മക ചിത്ര:** നേരിട്ടുള്ള അനുബന്ധങ്ങൾക്കപ്പെട്ടിരുന്നേതെങ്കിൽ വസ്തുകൾ നോക്കിക്കാണാൻ സഹായിക്കുന്ന ശേഷി സാധ്യതായിക രീതികളിൽ നിന്നും വ്യത്യസ്തമായ വീക്ഷണ കോണിലൂടെ പ്രശ്നങ്ങളെ അഭിമുഖീകരിക്കാൻ വ്യക്തികളെ പ്രാപ്തരാക്കുന്നു.

## 27. വ്യക്തിബന്ധം



ഞാൻ ഒരു വ്യക്തിയെ ഇഷ്ടപ്പെടുന്നു എത്തുകൊണ്ടോരു...	ഞാൻ ഒരു വ്യക്തിയെ ഇഷ്ടപ്പെടുന്നില്ല എത്തുകൊണ്ടോരു...

കുറിപ്പുകൾ : .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**വ്യക്തിബന്ധം:** വേണ്ടപ്പെട്ടവരുമായുള്ള നമ്മുടെ ബന്ധങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കുവാനും അവരുമായി ഗുണകരവും പാരസ്പര്യത്വത്താട്ടുമായുള്ള ബന്ധം നിലനിർത്തുവാനും സഹായിക്കുന്ന ശേഷി.

## 28. കാര്യക്ഷമമായ ആശയവിനിമയം



കാര്യക്ഷമമായ  
ആശയവിനിമയം

വ്യക്തി ബന്ധം

കുറിപ്പുകൾ : .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

കാര്യക്ഷമമായ ആശയവിനിമയ ശൈലി: സ്വന്തം ആശയങ്ങൾ അനുയോജ്യമായ രീതിയിൽ വ്യക്തവും സ്വന്തം വുമായി പ്രകടിപ്പിക്കുവാനും മറ്റൊളവരെ ശ്രദ്ധിക്കാനുമുള്ള കഴിവ്.

## 29. തുമയീഭാവം (Empathy)



കുറിപ്പുകൾ : .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**തുമയീഭാവം :** മറ്റാരു വ്യക്തിയുടെ ജീവിത സാഹചര്യങ്ങളും വൈകാരികാവസ്ഥയും, അത് നമുക്ക് അപരിച്ഛി തമാണ്ണക്കില്ലോ, അതേ തീവ്രതയിൽ ഉൾക്കൊള്ളുവാനും അതനുസരിച്ച് പെരുമാറുവാനുമുള്ള കഴിവ് നമെ അപേക്ഷിച്ച് തീർത്തും വ്യത്യുസ്തമായ പെരുമാറ്റങ്ങൾ പ്രകടിപ്പിക്കുന്ന വ്യക്തികളെ സീകരിക്കുവാനും മനസ്സിലാക്കുവാനും ഇതു സഹായിക്കുന്നു.

## 30. സ്വയം മനസ്സിലാക്കുക



കുറിപ്പുകൾ : .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**സ്വയം മനസ്സിലാക്കുക:** അവനവർ കഴിവും, കഴിവുകേടുകളും, അഭിലാഷങ്ങളും, ഇഷ്ടങ്ങളും, ആനിഷ്ടങ്ങളും, സ്വഭാവ സവിശേഷതകളും സ്വയം മനസ്സിലാക്കുവാനും അത് അംഗീകരിക്കുവാനുമുള്ള ശേഷി.

### 31. മാനസിക സമ്മർഖങ്ങളുമായി പൊരുത്തപ്പെടൽ

മാനസികസമ്മർഖങ്ങളു  
മായി പൊരുത്തപ്പെടൽ

വികാരങ്ങളുമായി  
പൊരുത്തപ്പെടൽ

1	2	3	4	X	6	7	8	9	X
				X					X
				X					X
				X					X
				X					X
				X					X
				X					X
				X					X
				X					X
				X					X

ശരിയായി പൊരുത്തപ്പെട്ടുന്ന രീതി	എത്രായി പൊരുത്തപ്പെട്ടുന്ന രീതി

കുറിപ്പുകൾ : .....

.....

.....

.....

**മാനസിക സമ്മർഖങ്ങളുമായി പൊരുത്തപ്പെടൽ:** ജീവിതത്തിൽ സമ്മർഖമുണ്ടാക്കുന്ന സാഹചര്യങ്ങൾ തിരിച്ചിരിയാനും അവ ഫലപ്രദമായി നേരിടാനും സമ്മർഖം ജീവിതത്തെ ബാധിക്കാതെ വിധം കൈകാര്യം ചെയ്യാനുമുള്ള കഴിവ്.

## 32. വികാരങ്ങളുമായി പൊരുത്തപ്പെടൽ

നിങ്ങൾക്ക് കോപം, ശുശ്രാവ്, നിരാസ, സന്തോഷം ഇവ എത്രക്കിലും ഒന്ന് അനുഭവപ്പെട്ട സാഹചര്യം വിശദീകരിക്കുക.

**വികാരങ്ങളുമായി  
പൊരുത്തപ്പെടൽ**

**മാനസിക സ്ഥാനങ്ങളും  
മായി പൊരുത്തപ്പെടൽ**

പുർണ്ണകാല സംഭവം	പൊരുമാറ്റം	പ്രത്യാഖ്യാതം	ബദൽ മാർഗ്ഗം

കുറിപ്പുകൾ : .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**വികാരങ്ങളുമായി പൊരുത്തപ്പെടൽ:** നമ്മുടെയും മറ്റുള്ളവരുടെയും വികാരങ്ങൾ തിരിച്ചറിയാനും, വികാരങ്ങൾ എത്രതേതാളം നമ്മുടെ പൊരുമാറ്റത്തെ സാധിക്കാനുണ്ടെന്ന് മനസ്സിലാക്കാനും, വികാരങ്ങളെ ഫലപ്രദമായി കൈകാര്യം ചെയ്തുകൊണ്ട് ശുശ്രാവകരമായ രീതിയിൽ പ്രതികരിക്കാനുമുള്ള കഴിവ്.

### 33. ഭിന്നചാര

പ്രവർത്തനം: സ്വയംവിശകലനം

വൃത്യുന്നതമായ നിങ്ങളിൽ ഉപയോഗിച്ച് നിങ്ങൾ ഏൻപ്ലേട്ടിക്കുള്ള ജോലികൾ അതാതു ബോക്സുകളിൽ അടയാളപ്പെടുത്തുക.

വ്യക്തി	കൂടുകാർ	കൂടുംബം	പഠനം				
Time	തിക്കൾ	ചൊവ്യ	ബുധൻ	വ്യാഴം	വെള്ളി	ശനി	ഞായർ
6.00 a.m							
7.00 a.m							
8.00 a.m							
9.00 a.m							
10.00 a.m							
11.00 a.m							
12.00 Noon							
1.00 p.m							
2.00 p.m							
3.00 p.m							
4.00 p.m							
5.00 p.m							
6.00 p.m							
7.00 p.m							
8.00 p.m							
9.00 p.m							
10.00 p.m							
11.00 p.m							
12.00 Night							
1.00 a.m							
2.00 a.m							
3.00 a.m							
4.00 a.m							
5.00 a.m							

ചർച്ച ചെയ്യാനുള്ള പ്രാദ്യാങ്ഗൾ:

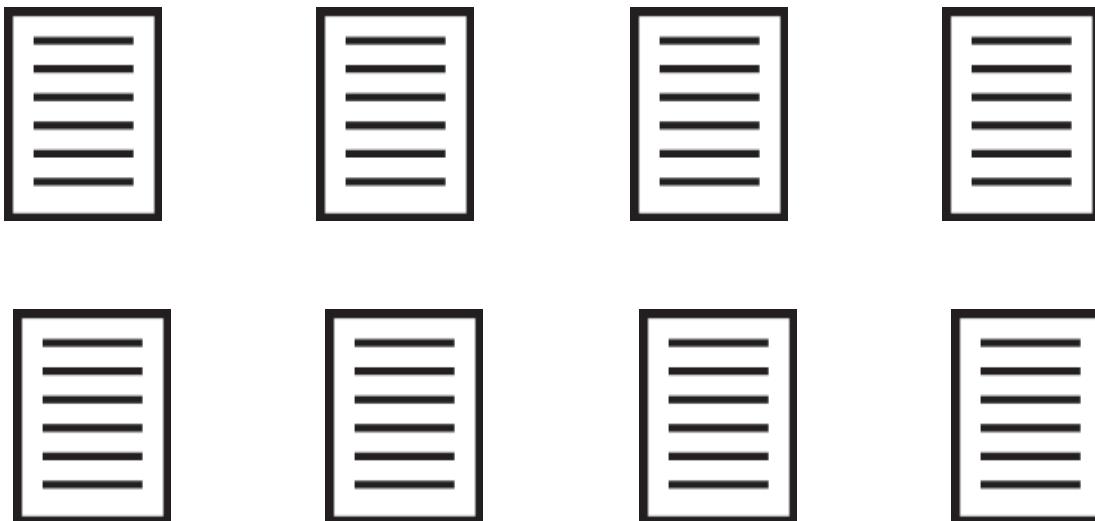
1. നിങ്ങളുടെ ഇപ്പോഴത്തെ ദിനചര്യയിൽ നിങ്ങൾ സന്തുഷ്ടരാണോ?
2. നിങ്ങളുടെ എല്ലാ കാര്യങ്ങളും കൃത്യമായി നടത്തിക്കൊണ്ടു പോകുവാൻ നിങ്ങളുടെ ഇപ്പോഴത്തെ ദിനചര്യ എങ്ങനെ മാറ്റിയെടുക്കാം?
3. കൃത്യമായി ദിനചര്യ പാലിച്ചില്ലായെങ്കിൽ ഉണ്ടാവുന്ന വീഴ്ചത്തുകൾ എന്തെല്ലാം?
4. കൃത്യമായി ദിനചര്യ പാലിക്കാൻ നിങ്ങൾക്കു എത്തെല്ലാം ജീവിതത്തെപൂണ്ടുങ്ഗങ്ങൾ ആവശ്യമാണ്.

ചർച്ചയ്ക്കുണ്ടാക്കാൻ കൂട്ടിക്കർക്ക് 5 മിനുട്ട് നൽകി ചുവരു കൊടുത്തിരിക്കുന്ന കാലം സ്വയം വിശകലനം ചെയ്യാവാൻ ആവശ്യപ്പെടുക നിങ്ങളുടെ ഇപ്പോഴത്തെ ദിനചര്യ ഉന്നസ്ഥിതിക്കുക. ഏതെല്ലാം കാരണങ്ങളാണ് മാറ്റി ഏറ്റുകൊണ്ടത് എന്നു മനസ്ഥിതാക്കുക. അതു നടപ്പിലാക്കാനും വേണ്ട രഫോറ്ക്കുപ്പ് നടത്തുക

## 34. ആരോഗ്യപരമായ ജീവിതം

### പ്രവർത്തനം: കുട്ടായ പ്രവർത്തനം

രീതി: ശുപ്പിലെ ഒരുംഗത്തോട് മുൻപിലേക്ക് വരാൻ പറയുക. എന്നിട്ട് മറ്റ് ശുപ്പിശങ്ങളോട് ഒരു ചോദ്യം ചോദിക്കുക. ആരോഗ്യകരമായ ഒരു ജീവിതത്തിനായി ഒരുകുട്ടിക്ക് എന്നൊക്കെ ആവശ്യങ്ങളാണ് അടിസ്ഥാനപരമായിട്ടുള്ളത്. അംഗങ്ങൾ തങ്ങളുടെ അഭിപ്രായങ്ങൾ ഒരു പേപ്പറിൽ എഴുതി ശുപ്പിഞ്ചു മുന്നിൽ നിൽക്കുന്ന അംഗത്തിന്റെ ശരീരത്തിൽ ക്രിക്കുക. എന്നിട്ട് എഴുതിയവർ ഉറക്കെ വായിക്കുക. ശേഷം അത് മുഴുവനായി ശുപ്പിൽ ചർച്ച ചെയ്യുക.



### ചർച്ച ചെയ്യാനുള്ള ചോദ്യങ്ങൾ:

1. ഒരു വ്യക്തി ആരോഗ്യപരമായ ജീവിതം നയിക്കേണ്ടതിന്റെ ആവശ്യകത എന്ത്?
2. ആരോഗ്യകരമായ ജീവിതം എങ്ങിനെ നയിക്കാം.
3. ആരോഗ്യകരമായ ജീവിതം നയിക്കുന്നതിൽ നിന്നും ഒരു വ്യക്തി പിന്തിൽയപ്പടാനുള്ള കാരണങ്ങൾ എന്തെല്ലാം?
4. ഒരു വ്യക്തിക്ക് ആരോഗ്യകരമായ ജീവിതം നയിക്കാൻ വേണ്ട ജീവിതത്തെപുണ്യങ്ങൾ എന്തെല്ലാം? അതുപയോഗിച്ച് ഒരു വ്യക്തിക്ക് എങ്ങിനെ ആരോഗ്യകരമായ ജീവിതം നയിക്കാം.

ചർച്ചയ്ക്കുണ്ടാക്കാൻ കുട്ടികൾക്ക് 5 മിനുട് നൽകി ചുവരു കൊടുത്തിരിക്കുന്ന കാലും സ്വയം വിശകലനം ചെയ്യുവാൻ ആവശ്യപ്പെടുക നിങ്ങൾക്ക് ആരോഗ്യകരമായ ജീവിതം നയിക്കുന്നതിന് ബുദ്ധിമുട്ടുണ്ടോ? ഉണ്ടകിൽ ജീവിതത്തെപുണ്യങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ച് ഇതെങ്ങിനെ പരിഹരിക്കാം.

കുറിപ്പുകൾ : .....

.....

.....

.....

## 35. കുട്ടികൾക്കെതിരെയുള്ള ലൈംഗിക അതിക്രമങ്ങളും പീഡനങ്ങളും

### പ്രവർത്തനം റോൾ പ്ലേ

- കുട്ടികളെ 6 ശൃംഖലയായി തിരിക്കുക. അവർക്ക് ഓരോ സന്ദർഭം നൽകുക.

അതിക്രമം നടത്തുന്നവരോട് ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ പ്രതികരിക്കൽ	പ്രകോപനപരമായി പ്രതികരിക്കൽ	നിശ്ചയങ്ങൾക്കുക.
1. തന്റെ കുടെ തനിയെ കുളിമുറിയിൽ ചെല്ലുവാൻ സഹാപനത്തിലുള്ള ചേടൻ അജയനെ പ്രേരിപ്പിക്കുന്നു.		
2. തങ്ങളുടെ കുടെ ചേർന്ന് പൊൺകുട്ടികളെ ശല്യം ചെയ്യാൻ കുടുകാർ നിധിപ്പിനെ പ്രേരിപ്പിക്കുന്നു.		
3. സ്കൂളിൽ പോകുന്ന വഴിക്ക് ആൺകുട്ടികൾ പെൺകുട്ടികളെ കളിയാക്കുന്നു		
4. മുതിർന്നവർക്കു മാത്രമായുള്ള സിനിമ കാണാൻ രമയുടെ മാമൻ അവളെ നിർബന്ധിക്കുന്നു.		
5. വീടിൽ ആരുമില്ലാത്തപ്പോൾ രാജിയുടെ ഒരു ബന്ധു വീടിൽ വരുകയും അവളോട് തന്റെ മടിയിലിരിക്കാൻ ആവശ്യപ്പെടുകയും ചെയ്യുന്നു.		

### ചർച്ച ചെയ്യാനുള്ള പോദ്യങ്ങൾ:

- ലൈംഗിക പീഡനം അതിക്രമം നടക്കാൻ സാധ്യത കൂടുതലുള്ള സഹായങ്ങൾ കണ്ടുപിടിക്കുക
- ഇത്തരത്തിലുള്ള അപകടങ്ങളിൽ നിന്നും എങ്ങനെ സാധം രക്ഷിക്കാം.
- ലൈംഗിക അതിക്രമം / പീഡനത്തിന് ഇരയാവുകയാണെങ്കിൽ എന്തു ചെയ്യണം?
- ലൈംഗിക അതിക്രമം / പീഡനം ഇവയിൽ നിന്ന് രക്ഷനേടാൻ കുട്ടികൾ സാധത്തമാക്കേണ്ട ജീവിതത്തെപ്പുണ്ടുമെങ്കിൽ എത്രല്ലാം?

ചർച്ചയ്ക്കുശേഷം കുട്ടികൾക്ക് 5 മിനുട് നൽകി ചുവരും കൊടുത്തിരിക്കുന്ന കാലും സ്വയം വിശകലനം ചെയ്യുവാൻ ആവശ്യപ്പെട്ടുക ഈ രീതിയിൽ ഉപദ്രവിക്കണമെന്നുള്ള നിശ്ചയം സാധ്യത വിലയിരുത്തി അതിന്റെന്നും ഏഴുന്നെണ്ണേ രക്ഷനേടാം എന്ന് വിലയിരുത്തുക

കുറിപ്പുകൾ : .....

.....

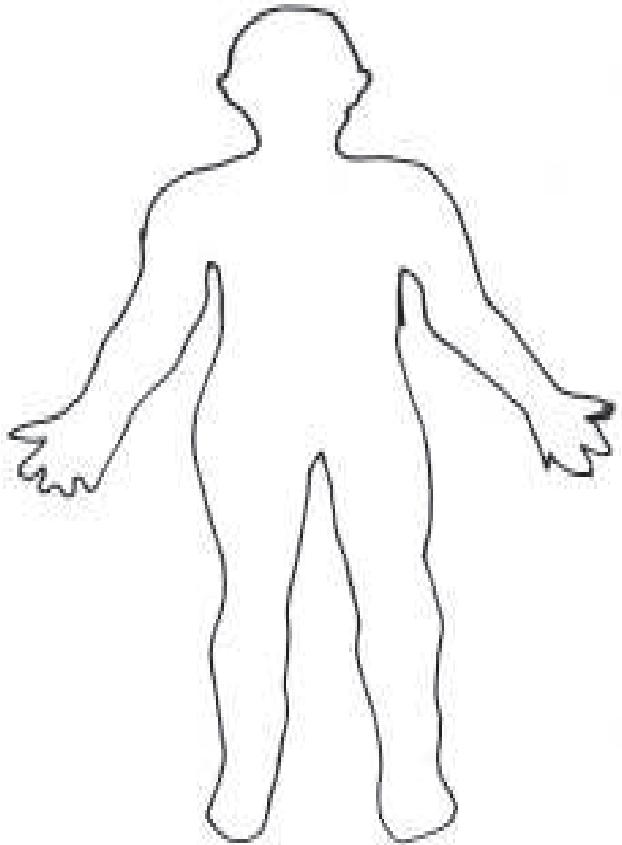
.....

.....

.....

## 36. കൂട്ടികൾക്കിടയിലെ ലഹരി വസ്തുകളുടെ ഉപയോഗം

പ്രവർത്തനം: വിശകലനം



**പരിച്ച ചെയ്യാനുള്ള പ്രാദ്യാങ്കൾ:**

1. എങ്ങനെയാണ് കൂട്ടികൾ ലഹരി ഉല്പന്നങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കാൻ ആരംഭിക്കുന്നത്?
2. കൂട്ടികൾ ലഹരി ഉപയോഗിച്ചാലുണ്ടാകുന്ന അനന്തര ഫലങ്ങളെ കുറിച്ച് നിങ്ങൾ ചിന്തിക്കാറുണ്ടോ?
3. ലഹരി ഉല്പന്നങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കുന്നതിൽ നിന്ന് നിങ്ങൾക്ക് സയം നിയന്ത്രിക്കാൻ എങ്ങനെയാണ് കഴിയുന്നത്?
4. എന്തൊക്കെ തരത്തിലുള്ള ജീവിതത്തെപുണ്യങ്ങൾ ആണ് ലഹരി ഉല്പന്നങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കുന്നതിൽ നിന്ന് വിട്ടു നിൽക്കാൻ കൂട്ടികൾക്ക് വേണ്ടത്?

ചർച്ചയ്ക്കുമ്പോൾ കൂട്ടികൾക്ക് 5 മിനുട് നൽകി ചുവരു കൊടുത്തിരിക്കുന്ന കാരം സ്വയം വിശകലനം ചെയ്യുവാൻ ആവശ്യമാക്കുന്നതും സ്വയം വിശകലനം നടത്തി ലഹരിവസ്തുകൾ ഉപയോഗിക്കുന്നതിനുള്ള നിണയുടെ സാധ്യത വിലയിരുത്തുക. ഇത് ഏഞ്ചനെ തയ്യാറാക്കുന്നതും ഒരു വിലയിരുത്തുക.

**കുറിപ്പുകൾ :** .....

.....

.....

.....

## 37. പഠനം നിർത്തൽ

പ്രവർത്തനം: കുട്ടായചർച്ച



### ചർച്ച ചെയ്യാനുള്ള ചോദ്യങ്ങൾ:

1. കുട്ടികൾക്ക് എന്തെല്ലാം കാരണങ്ങൾക്കൊണ്ടാണ് പഠനം നിർത്തേണ്ടിവരുന്നത്?
2. പഠനം നിർത്തുന്നതുവഴി കുട്ടികൾക്ക് എന്തെല്ലാം പ്രശ്നങ്ങളും ആശാനങ്ങളും ആണ് ഉണ്ടാകുന്നത്?
3. പഠനം നിർത്തുന്ന കുട്ടികൾക്കു മുന്നിലുള്ള തുടർപാടം/പ്രശ്ന പരിഹാര മാർഗ്ഗങ്ങൾ എന്താക്കൈയാണ്?
4. ഇത്തരത്തിലുള്ള പ്രശ്നങ്ങൾ കൈകാര്യം ചെയ്യാൻ കുട്ടികൾക്ക് എൽ്ലാ തരത്തിലുള്ള ജീവിതത്തെപുണ്യങ്ങളാണ് ആവശ്യമായിട്ടുള്ളത്?

ചർച്ചയ്ക്കുണ്ടാം കുട്ടികൾക്ക് 5 മിനുട് നൽകി ചുവരു കൊടുത്തിരിക്കുന്ന കാരം സ്വയം വിശകലനം ചെയ്യാൻ ആവശ്യപ്പെട്ടു.

നിങ്ങൾ പഠനം നിർത്താൻ സാധ്യതയുണ്ടോ? / പഠനം നിർത്തിയിരിക്കുകയാണോ?

നിങ്ങളുടെ ഈ അവസ്ഥ സ്വയം വിശകലനം ചെയ്ത് ജീവിതത്തെപുണ്യങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ച് ഈ അവസ്ഥയെ എങ്ങനെ കൈകാരം ചെയ്യാം എന്ന് വിശയിരുത്തുക.

കുറിപ്പുകൾ : .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## 38. വിട്ടിൽ നിന്ന് ഓടി പോവുക

പുഷ്ടി & പുശ്ര



തള്ളിവിടുന്ന ഘടകങ്ങൾ	പിതിരസ്സിക്കുന്ന ഘടകങ്ങൾ

ചർച്ച ചെയ്യാനുള്ള ചോദ്യങ്ങൾ:

1. ഈ പ്രവർത്തനത്തിൽ നിന്ന് നിങ്ങൾ എന്ത് മനസ്സിലാക്കുന്നു.
2. വിടുവിട്ടു പോകുന്നതുമുലം കൂട്ടികളുടെ ജീവിതത്തിൽ എന്ത് സംഭവിക്കുന്നു.
3. എന്തുകൊണ്ടാണ് കൂട്ടികൾ വിടുവിട്ടു പോകുന്നത്
4. വിട്ടിൽ പ്രശ്നങ്ങൾ പറിഹരിക്കാനുള്ള വഴികൾ എന്തെല്ലാം?
5. കൂട്ടിയെ വിടു വിടു പോകാൻ പ്രേരിപ്പിക്കുന്ന ഘടകങ്ങൾ കൈകാര്യം ചെയ്യുന്നതിനായി ജീവിതത്തെപൂണ്ടിക്കൊണ്ട് ഉപയോഗപ്പെടുത്തേണ്ടതുണ്ടോ?

ചർച്ചയ്ക്കുണ്ടാക്കാൻ കൂട്ടികൾക്ക് 5 മിനുട്ട് നൽകി ചുവരെ കൊടുത്തിരിക്കുന്ന കാരം സ്വയം വിശകലനം ചെയ്യുവാൻ ആവശ്യപ്പെടുക നിങ്ങൾ വിട്ടിൽ നിന്നും പോകാൻ തീരുമാനിക്കുന്നു എന്ന് സകലപ്പിക്കുക. ജീവിതത്തെപൂണ്ടിക്കൊണ്ട് ആ പ്രശ്നത്തിന് എന്തെന്ന പരിഹരിക്കാം.

കുറിപ്പുകൾ : .....

.....

.....

.....

.....

## 39. സ്ത്രീ പുരുഷ സമയം മനസ്സിലാക്കൽ

**പ്രവർത്തനം: സരയം വിലയിരുത്തൽ**

<p>ഒരു ആൺകുട്ടി എന്ന നിലയിൽ ചെയ്യാൻ പാടില്ല എന്നു കരുതുന്ന ഒരു കാലം ചെയ്തപ്പോൾ എന്ത് സംഭവിച്ചു. (ഒരു സംഭവം എഴുതുക)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.</li> <li>2.</li> <li>3.</li> </ol>	<p>ഒരു പെൺകുട്ടി എന്ന നിലയിൽ ചെയ്യാൻ പാടില്ല എന്നു കരുതുന്ന ഒരു കാലം ചെയ്തപ്പോൾ എന്ത് സംഭവിച്ചു. (ഒരു സംഭവം എഴുതുക)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.</li> <li>2.</li> <li>3.</li> </ol>
<p>ഇത്തരം സന്ദേശങ്ങളിൽ നിന്നും നിങ്ങൾ എന്ത് മനസ്സിലാക്കുന്നു</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.</li> <li>2.</li> <li>3.</li> </ol>	<p>ഇത്തരം സന്ദേശങ്ങളിൽ നിന്നും നിങ്ങൾ എന്ത് മനസ്സിലാക്കുന്നു</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.</li> <li>2.</li> <li>3.</li> </ol>
<p><b>ചർച്ച ചെയ്യാനുള്ള പോദ്യങ്ങൾ:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. എന്തുകൊണ്ടാണ് ആൺകുട്ടികളും പെൺകുട്ടികളും വ്യത്യസ്തമായ ഉത്തരവാദിത്തങ്ങളിൽ ആർപ്പിച്ചുന്നത്?</li> <li>2. നിങ്ങളുടെ എതിർലിംഗത്തിലുള്ള ആളെ പോലെ ചിന്തിച്ച് അവർക്കനുഭവപ്പെടുന്നതുപോലെ മനസ്സിലാക്കാൻ ശ്രമിച്ചപ്പോൾ നിങ്ങൾക്കുണ്ടായ അനുഭവം പക്ഷുവയ്ക്കുക.</li> <li>3. നിങ്ങൾ ഒരു സ്ത്രീ / പുരുഷൻ ആയതുകൊണ്ട് മാത്രം എന്തെങ്കിലും പ്രശ്നം അനുഭവിക്കുന്നുണ്ടോ? എങ്കിൽ അത് എങ്ങനെ ജീവിതത്തെപ്പുണ്ടും ഉപയോഗിച്ച് പരിഹരിക്കാം.</li> </ol>	<p>ചർച്ചയ്ക്കുണ്ടോ കുട്ടികൾക്ക് 5 മിനുട് നൽകി ചുവറെ കൊടുത്തിരിക്കുന്ന കാലം സ്വയം വിശകലനം ചെയ്യുവാൻ ആവശ്യപ്പെടുക സ്ത്രീ - പുരുഷ സമയത്തെക്കുറിച്ച് നിങ്ങളുടെ കാഴ്ചപ്പാട് വിലയിരുത്തുക.</p>

**കുറിപ്പികൾ :** .....

.....

.....

## 40. ലൈംഗിക ആരോഗ്യവും ലൈംഗികതയും

കവിസ്മാസ്സർ സ്കോർ
-------------------



ഗുപ്ത സ്കോർ
-------------

ഗുപ്ത - 1  
ഗുപ്ത - 2  
ഗുപ്ത - 3  
ഗുപ്ത - 4

ഗുപ്ത ലീഡർ - 1

ഗുപ്ത ലീഡർ - 2

ഗുപ്ത ലീഡർ - 3

ഗുപ്ത ലീഡർ - 4

ഗുപ്ത - 1

ഗുപ്ത - 3

ഗുപ്ത - 2

ഗുപ്ത - 4

കുറിപ്പുകൾ : .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## 41. തർക്ക പരിഹരണം

അഭിനയം

തർക്കത്തിന്റെതായ ഒരു സംഭവം അഭിനയിക്കുക.

അജയ്‌ക്ക് അവൻറെ വിലയേറിയ പേന ക്ലാസ്സിൽവച്ച് നഷ്ടപ്പെടുന്നു. അവൻ അത് ക്ലാസ്സിൽ എല്ലായിടവും തെരയുന്നു. അവൻ പരിഭ്രമിക്കുകയും വിഷമിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. അവൻ തന്റെ സുഹൃത്തുക്കളോട് ഇതിനെ കുറിച്ച് പറയുകയും എല്ലാവരും കൂടി തെരയുകയും ചെയ്യുന്നു. പക്ഷെ കിട്ടിയില്ല. അപ്പോഴാണ്

റഷീദ് അവൻറെ പോക്കറിൽ ഈ പേന ഇടുക്കൊണ്ട് ക്ലാസ്സിലേക്ക് വന്നത്. അവൻ ഒരു പാവപ്പെട്ട വീട്ടിലെ കുട്ടിയാണ് ഈ കണ്ണ് അജയ്‌ക്ക് ദേശ്യം വരികയും അവനെ കുറുപ്പെടുത്തികയും ഉപദേവിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. റഷീദും ദേശ്യത്തോടെ തിരിച്ചുപട്ടവി കുറുന്നു.

ഈ സംഭവം എങ്ങനെ മധ്യമായി പരിഹരിക്കാം എന്ന് അഭിനയിക്കുക.

- നിങ്ങളുടെ അനിയന്ത്രിതമായ വികാരം മറിക്കടക്കുക.
- നിങ്ങളുടെ മുൻവിധി മാറ്റുക.
- നിങ്ങളുടെ ആവശ്യം മനസ്സിലാക്കി അത് കൂട്ടു മായി പറയുക.
- സംഭവത്തെക്കുറിച്ചുള്ള മറ്റൊള്ളേടുവും കേൾക്കുക.
- മറ്റാരാളിലെ നല്ല വശങ്ങൾ സീക്രിക്കുക.
- ഇപ്പോഴത്തെ പ്രശ്നത്തിൽ ഉള്ളി നിൽക്കുക. പഴയ കാര്യങ്ങളെക്കുറിച്ച് ചിന്തിക്കുകയും പറയുകയും അരുത്.
- നിങ്ങളുടെ അഭിപ്രായത്തോട് ഉള്ള അവരുടെ കാഴ്ച പൂർണ്ണമായും ആരായുക.
- ഒരിക്കലും ഉള്ളവിക്കാതിരിക്കുക.

### ചർച്ച ചെയ്യാനുള്ള ചോദ്യങ്ങൾ:

1. രണ്ട് പേര് തമ്മിൽ തർക്കമുണ്ടാകാനുള്ള കാരണമെന്താണെന്നാണ് നിങ്ങൾ ചിന്തിക്കുന്നത്.
2. ഓരോ തവണത്തെയും അഭിനയത്തിൽ വന്ന വ്യത്യാസം ചർച്ച ചെയ്യുക.
3. സയം ഒരു തർക്കത്തിൽ നിന്നും എങ്ങനെ ഒഴിവാകാം.
4. തർക്കത്തിൽ നിന്നും ഒഴിവാവാകാൻ എത്രതല്ലാം ജീവിത നൈപുണ്യങ്ങൾ ആവശ്യമാണ്.

ചർച്ചയ്ക്കുശേഷം കുട്ടികൾക്ക് 5 മിനുട് നൽകി ചുവടെ കൊടുത്തിരിക്കുന്ന കാലും സ്വയം വിശകലനം ചെയ്യുവാൻ ആവശ്യപ്പെട്ടുക നിങ്ങൾ അനുഭവിച്ച ഒരു തർക്കം/അടിപ്പടിയെക്കുറിച്ച് ചിന്തിക്കുക. ആ സന്ദർഭ എങ്ങനെ ജീവിത നൈപുണ്യങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ച് പരിഹരിക്കാം എന്നു വിലയിരുത്തുക.

കുറിപ്പുകൾ : .....

.....

.....

## 42. ധനവിനിയോഗം

സന്ദർഭം വിശകലനം ചെയ്യുക.

1. 8000 രൂപ മാസവരുമാനമുള്ള 3 പേര് അടങ്ങിയ കൃത്യംബം
2. 20,000 രൂപ മാസവരുമാനമുള്ള 5 പേര് അടങ്ങിയ കൃത്യംബം
3. 35,000 രൂപ മാസവരുമാനമുള്ള 4 പേര് അടങ്ങിയ കൃത്യംബം



**പർച്ച ചെയ്യാനുള്ള പോദ്യങ്ങൾ:**

1. കൃത്യമായി ധനം കൈകാര്യം ചെയ്യുക എന്നാൽ എന്ത്?
2. കൃത്യമായി ധനം കൈകാര്യം ചെയ്യേണ്ടതിന്റെ ആവശ്യം?
3. ധനം അനാവശ്യമായി ചെലവഴിക്കുന്നില്ല എന്നു ഉറപ്പുവരുത്തുന്നതിനായി നാം എന്തു ചെയ്യണം?
4. ശരിയായ രീതിയിൽ ധനം നിക്ഷേപിക്കുന്നതിന്റെ ആവശ്യം എന്ത്?
5. ജീവിതത്തെപുണ്യങ്ങൾ ധനനിക്ഷേപം/ കൈകാര്യം ചെയ്യുന്നതിന് ഉപകരിക്കുന്നതെങ്ങനെ?

ചർച്ചയ്ക്കുണ്ടോ കൃതികൾക്ക് 5 മിനുട് നൽകി ചുവരെ കൊടുത്തിരിക്കുന്ന കാരം സ്വയം വിശകലനം ചെയ്യാം ആവശ്യപ്പെടുക നിങ്ങൾക്കു ലഭിക്കുന്ന ധനം കൃത്യമായി വിനയോഗത്തിനുള്ള ഒരു രൂപരേഖ തയ്യാറാക്കുക.

**കുറിപ്പുകൾ :** .....

.....

.....

.....

### 43. അപകടസാധ്യത കുടുതലുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങൾ

രോൾ പ്ലേ

അപകടസാധ്യത കുടുതലുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങൾ	അപകടസാധ്യത കുടുതലുള്ള പ്രവർത്തന അളവും അനന്തരഹമലം

#### ചർച്ച ചെയ്യാനുള്ള ചോദ്യങ്ങൾ:

1. കുട്ടികളിൽ കാണുന്ന അപകടസാധ്യതകൾ കുടുതലുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങൾ എന്തെല്ലാം?
2. എന്തുകൊണ്ടാണ് കുട്ടികൾ അപകടസാധ്യത കുടുതലുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടുന്നത്?
3. അപകടസാധ്യത ഉള്ള സഖാവാദ കാണിക്കുന്നതു വഴി കുട്ടികളിൽ ഉണ്ടാവുന്ന ആശാതങ്ങൾ എന്തെല്ലാമാണ്?
4. ഒരു കുട്ടിക്ക് അപകടസാധ്യത കുടുതൽ ഉള്ള സന്ദർഭങ്ങൾ ജീവിതത്തെപൂണ്ടാം ഉപയോഗിച്ച് എങ്ങിനെ കൈകാര്യം ചെയ്യും.

ചർച്ചയ്ക്കുശേഷം കുട്ടികൾക്ക് 5 മിനുട്ട് നൽകി ചുവവെട കൊടുത്തിരിക്കുന്ന കാലും സ്വയം വിശകലനം ചെയ്യുവാൻ ആവശ്യപ്പെടുക അപകടസാധ്യത കുടുതൽ ഉള്ള പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ നിന്നും പെടുകയാണെങ്കിൽ ജീവിത തെന്പുണ്ണാം ഉപയോഗിച്ച് എങ്ങിനെ സ്വയം രക്ഷിക്കാം

കുറിപ്പുകൾ : .....

.....

.....

.....

.....

## 44. ബന്ധങ്ങൾ നിലനിർത്തൽ

**സരയം വിലയിരുത്തൽ**

ശാന്തമായി ബന്ധ പ്ലി വ്യക്തികൾ	അവരുമായുള്ള എൻ്റ് ബന്ധം (നല്ലത്/ സാമാന്യം നല്ലത്/ മോശം)	എൻ്റ് നേട്ടങ്ങൾ	എൻ്റ് നഷ്ടങ്ങൾ/ ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ	ഈ ബന്ധത്തിൽ ഇനി ശാഖ എന്തു ചെയ്യണം?

**ചർച്ച ചെയ്യാനുള്ള പ്രോദ്ധേശൾ:**

1. എന്തെല്ലാം കാരണങ്ങൾ കൊണ്ടാണ് നിങ്ങൾ ഓരോ ബന്ധവും നല്ലത്/സാമാന്യം നല്ലത്/മോശമായത് എന്നു വിലയിരുത്തിയത്?
2. മറ്റുള്ളവരുമായി നിങ്ങളുടെ ബന്ധം മെച്ചപ്പെടുത്തുന്നതിന് നിങ്ങൾ എന്തു ചെയ്യണം?
3. ജീവിതത്തെപൂണികൾ ഉപയോഗിച്ച് ബന്ധം നിങ്ങൾക്ക് എങ്ങിനെ മെച്ചപ്പെടുത്താം?

ചർച്ചയ്ക്കുണ്ടായ കുട്ടികൾക്ക് 5 മിനുട്ട് നൽകി ചുവരു കൊടുത്തിരിക്കുന്ന കാരം സ്വയം വിശകലനം ചെയ്യുവാൻ ആവശ്യപ്പെടുക മറ്റൊരുമായിട്ടുള്ള നിങ്ങളുടെ ബന്ധം വിശകലനം ചെയ്ത് അതിൽ ഒഴിവാക്കപ്പെടേണ്ണ ബന്ധങ്ങൾ ഏത്? എങ്ങനെ ഒഴിവാക്കാം എന്നു തിരുന്നാൻമാറ്റുക.

ബുദ്ധിപ്പിടിയ്ക്കുന്നതിൽ ബന്ധങ്ങൾ ഏത്? അവ എങ്ങനെ ബഹിപ്പിക്കുന്നും എന്നു തിരുന്നാൻമാറ്റുക.

**കുറിപ്പുകൾ :** .....

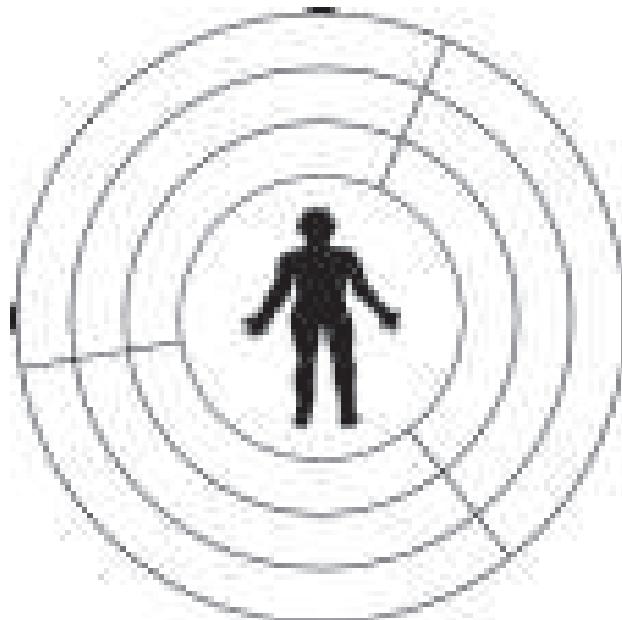
.....

.....

.....

## 45. സാമൂഹിക ഉത്തരവാദിത്വം

**പ്രക്രിയ:** ശുപ്പിനെ 3 ആയി തരംതിരിക്കുക. 3 ശുപ്പിനും ഓരോ വിഷയം കൊടുക്കുക. വ്യക്തി, കൂടുംബം, സമൂഹം. തുടർന്ന് ഈ മൂന്നിടങ്ങളിൽ നിന്നും എന്നൊക്കെ പ്രശ്നങ്ങളാണ് കൂട്ടികൾ നേരിട്ടേണ്ടിവരുന്നതെന്ന് ഓരോ ശുപ്പിം തങ്ങൾക്ക് കിട്ടിയ വിഷയത്തിനുസരിച്ച് ചർച്ച ചെയ്യുക. ശുപ്പംഗങ്ങൾ ഈവഴിയാണ് അഭ്യന്തരം പ്രധാനപ്രശ്നം ആദ്യം, അടുത്തത് റണ്ടാമത് എന്നരീതിയിൽമുൻഗണനാക്രമത്തിൽ ആക്കുക. അംഗങ്ങളോട് ഏറ്റവും പ്രധാനപ്രശ്നം 1-ാം വൃത്തത്തിൽ അടുത്തത് റണ്ടാം വൃത്തത്തിൽ എന്ന രീതിയിൽ 3 വിഷയങ്ങളെല്ലാം അടിസ്ഥാനമാക്കി ഈ രീതിയിൽ എഴുതാൻ പറയുക. അതിനുശേഷം ഈതിന്റെ പ്രത്യാഘതങ്ങളെക്കുറിച്ചും അവയുടെ പരിഹാരമാർഗ്ഗങ്ങളെക്കുറിച്ചും ചർച്ചചെയ്ത് രേഖപ്പെടുത്താൻ അംഗങ്ങളോട് പറയുക. പിന്നീട് ഈ എല്ലാവരുമായി ചർച്ചചെയ്യുക.



### ചർച്ച ചെയ്യാനുള്ള ചോദ്യങ്ങൾ:

1. വ്യക്തിപരമായി / കൂടുംബത്തിൽ / സമൂഹത്തിൽ നിങ്ങൾ അനുഭവിക്കുന്ന പ്രശ്നങ്ങൾ എന്നൊക്കെയോണ്ട്?
2. വ്യക്തിപരമായി / കൂടുംബത്തിൽ / സമൂഹത്തിൽ ഉള്ള പ്രശ്നങ്ങൾ ജീവിതനെപുണ്യങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ച് എങ്ങനെ കൈകാര്യം ചെയ്യാം?
3. വ്യക്തിപരമായി / കൂടുംബത്തിൽ / സമൂഹത്തിൽ നിങ്ങൾക്കുള്ള ഉത്തരവാദിത്വങ്ങൾ.
4. ജീവിതനെപുണ്യങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ച് ഈ 3 മേഖലയിലുള്ള നിങ്ങളുടെ ഉത്തരവാദിത്വം നിങ്ങൾ നിരവേറ്റുന്ന തെങ്ങനെ?

**ചർച്ചയ്ക്കുണ്ടാക്കാൻ കൂട്ടികൾക്ക് 5 മിനുട് നൽകി ചുവടെ കൊടുത്തിരിക്കുന്ന കാലും സ്വയം വിശകലനം ചെയ്യുവാൻ ആവശ്യപ്പെടുക ഇവ 3 മേഖലയിൽ ഏതെല്ലാം മേഖലയിലുണ്ട് നിങ്ങൾ കൂടുതൽ ഉത്തരവാദിത്വം ഏർപ്പെടുക്കേണ്ടത്. ജീവിതനെപുണ്യങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ച് നിങ്ങൾക്കു ഏങ്ങനെ നിരവേറ്റാം?**

**കുറിപ്പുകൾ :** .....

.....

.....

.....

.....

.....

## **പ്രതിജ്ഞ**

**ഈദൽ കുട്ടികളുടെ വിവരങ്ങൾ ആരുമായി പങ്കുവയ്ക്കില്ല.**

---

**ചെയ്യാൻ സാധിക്കാത്ത കാരണങ്ങൾ ചെയ്യും എന്ന് കുട്ടികൾക്ക്  
ഈദൽ ഉറപ്പ് കൊടുക്കില്ല.**

---

**ഈദൽ തെളിവുടെ സഹപ്രവർത്തകരെ സഹായിക്കും.**

---

**ഈദൽ കുട്ടികളുടെ ജീവിതം സുന്ദരമാക്കുന്നതിന് പരിശേഷിക്കും.**

---

**ഈദൽ ബുദ്ധിമുട്ട് അനുഭവിക്കുന്നോൾ സഹായം തേടും.**

---

**ഈദൽ എപ്പോഴും പ്രസന്നരായിരിക്കും.**

---

**ഈദൽ സദാ സന്നദ്ധരായിരിക്കും**

## കൃതജ്ഞത

കേരള സാമൂഹിക നീതി വകുപ്പ്

സംയോജിത ശിശു സംരക്ഷണ പദ്ധതി (കേരളം)

ജുവനെനൽ ജഗ്ഗിന് ബോർഡ്, തിരുവന്തപുരം, പാലക്കാട്, കൊഴിക്കോട്  
സർപ്പഷ്യൽ ജുവനെനൽ പോലീസ് യൂണിറ്റ്, തിരുവന്തപുരം, പാലക്കാട്, കൊഴിക്കോട്  
ജില്ലാ ശിശു സംരക്ഷണ കേന്ദ്രം, തിരുവന്തപുരം, പാലക്കാട്, കൊഴിക്കോട്

സോഡൽ ഓഫീസർ

ശ്രീ സുവൈഖ്യൻ കെ.കെ., ഡി.സി.പി.ഒ. തിരുവനന്തപുരം

### സന്നദ്ധ സംഘടനകൾ

മാനുഷ സ്കൂൾ ഓഫ് സോഷ്യൽ റിസേർച്ച് & എച്ച്. ആർ. ഡി., കൊഴിക്കോട്

സെന്റ്രൽ ഫോർ ഓവറോൾ ഡവലപ്പ്മെന്റ്, താമരയേരി, കൊഴിക്കോട്

ആഗ്രഹം റൂറൽ ഡവലപ്പ്മെന്റ് സൊസൈറ്റി, കൊല്ലങ്കോട്, പാലക്കാട്

മിത്ര ഇൻസ്റ്റിറ്യൂട്ട് ഓഫ് ബിഹോവിയർ സയൻസ്, ഷോർണ്ണം, പാലക്കാട്

ഫ്രാൻഡ്സിപ്പൽ ഫോർ ഡവലപ്പ്മെന്റ് ആക്ഷൻ, തിരുവന്തപുരം

ശാന്തിഗ്രാം പുല്ലുവിള, തിരുവന്തപുരം

ഒ റ്റീ പോയൻ്റ് ഓർഗ്ഗ്, തിരുവന്തപുരം



Dept. of Social Justice  
Govt. of Kerala