



2

சுயதிறனியல் நிறைவினை எட்டுவதற்கு முயல்வோம்

பிள்ளைப் பருவத்தில் இருந்த நீங்கள் படிப்படியாகக் கட்டிளமைப் பருவத்தை அடையும்போது, உங்களது தேவைகளும் எளிமையிலிருந்து சிக்கலானதாக மாறுவதை உணர்ந்திருப்பீர்கள். குழந்தைப் பருவத்தில் உங்களது பசிக்கு உணவும் உடலை மறைக்க ஆடைகளும் உங்களது பெற்றோரால் தரப்பட்டிருக்கும். உங்களுக்கு ஓரளவு புரியும் நிலை ஏற்படும்போது இவற்றுக்கு மேலதிகமாக அன்பு, அரவணைப்பு, பொழுதுபோக்கிற்கான விளையாட்டுப் பொருள்கள் போன்றவற்றை நீங்கள் எதிர்பார்த்திருப்பீர்கள். பிள்ளைப் பருவத்திலிருந்து கட்டிளமைப் பருவத்தை அடையும் போது கல்வி, சுயகௌரவம் உட்படப் பல தேவைகள் உங்களுக்கு ஏற்பட்டிருக்கும். இவ்வாறே, படிப்படியாக மனித தேவைகள் உச்சமட்டத் தேவைகள் வரை அதிகரித்துச் செல்லும். அடிப்படைத் தேவைகள் பூர்த்திசெய்யப்பட்ட பின்னர் துணை தேவைகளும் அவை பூர்த்தி செய்யப்பட்ட பின்னர் இவற்றிற்கும் மேலதிகமான தேவைகளும் ஏற்படும்.

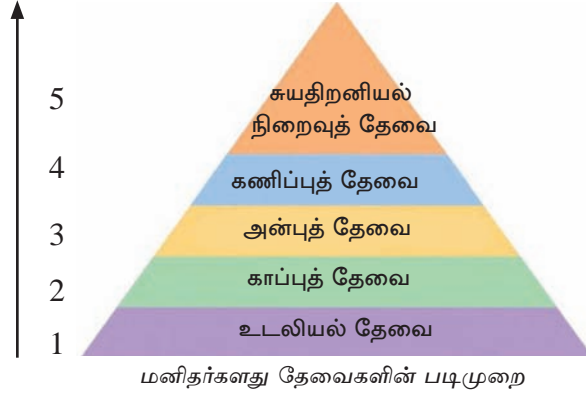
தரம் 6 இல் அடிப்படைத் தேவைகள் மற்றும் பிற தேவைகளை அறிந்துகொண்ட நீங்கள், தரம் 7 இல் அன்பு, பாதுகாப்பு போன்ற தேவைகள் பற்றிக் கற்றிருந்தீர்கள். தரம் 8இல் இவற்றிற்கும் மேலதிகமான தேவையாகிய சுயகௌரவம் பற்றியும் கற்றுள்ளீர்கள்.

சுயகௌரவத்தினை விட மேலான தேவையாகிய சுயதிறனியல் நிறைவுத் தேவை பற்றிய எளிமையான விளக்கத்தைப் பெறுவதற்கு இந்த அத்தியாயம் உங்களுக்கு வழிகாட்டும். ஆழமான எண்ணக்கருவான சுயதிறனியல் நிறைவுத் தேவையை உங்களது வயதுக்கு ஏற்றாற் போல் உங்கள் வாழ்க்கைக்கு இசைவாக்கிக் கொள்ள முயற்சி செய்யுங்கள்.



மனிதர்களது தேவைகளின் படிமுறை

மனிதர்களது தேவைகள் பற்றி விசேட ஆராய்ச்சிகளை மேற்கொண்ட ஏபிரகாம் மாஸ்லோ எனும் மானுடவியலாளர், குறித்த ஒழுங்கு முறைக்கேற்ப மனிதர்களது தேவைகளை வரிசைப்படுத்தியுள்ளார். இத்தேவைகள் கீழ் இருந்து மேல் நோக்கிச் சென்று கொண்டிருப்பதுடன் ஒரு தேவை முடிவடைந்த பின்னரே அடுத்த தேவை ஏற்படும் என்பது இவரது கோட்பாட்டின் பிரதான அம்சமாகும்.



சுயதிறனியல் நிறைவு என்றால் என்ன?

அதிபர் : திரு. தேனுஜன் அவர்களே எமது பரிசளிப்பு விழாவுக்கான தினம் நெருங்கி வருகிறது அல்லவா? அந்த விழாவில் யாரை அறிவிப்பாளராக நியமிப்பது? எவ்வாறு செய்யலாம்? விருந்தினர்களுக்கான அழைப்பிதழ்களை தயாரிப்பவர் யார்? வாசலில் அலங்காரப் பந்தல், மண்டப அலங்காரம் ஆகியன செய்யப்பட வேண்டும். அத்துடன் வரவேற்பு நடனமும் வேறு சில நிகழ்வுகளும் ஒழுங்கு செய்யப்பட வேண்டும். இவற்றை எவ்வாறு செய்யலாம்.

தேனுஜன் : கவலைப்பட வேண்டாம் சேர். இவை எல்லாவற்றையும் நான் ஒழுங்கு செய்து வைத்துள்ளேன். விழாவில் அறிவிப்பை செய்வ தற்கு தரம் - 9 மாணவன் வஸீம் என்பவரைத் தெரிவுசெய்துள்ளேன். அவர் சிறந்த அறிவிப்பாளர். இவர் தான் எமது கிராமத்து வழிபாட்டுத் தலங்களிலும் தனிப்பட்ட விழாக்களிலும் அறிவிப்பாளராகக் கடமையாற்றுவார். கடந்த வருடம் நடைபெற்ற விளையாட்டு விழாவின் போதும் அவரே அறிவிப்பாளராகக் கடமையாற்றினார். அவரால் இதனைச் சிறப்பாகச் செய்ய முடியும்.

விருந்தினர்களுக்கான அழைப்பிதழ்களைத் தயாரிக்கும் பொறுப்பு தரம் - 9 க்குரிய மாணவக் குழுவிடம் ஒப்படைக்கப்பட்டுள்ளது. அவர்கள் அவற்றைத் தயாரிக்கத் தொடங்கி விட்டனர். அழைப்பிதழ்கள் மிக அழகானவை. அவர்களுக்கு அது பொருத்தமான வேலை. அதே வகுப்பு அஹமட், நிரோஜன் ஆகியோரும் அதற்கு உதவுகின்றனர். அவர்களுக்கு அழகாக எழுதவும் சித்திரம் வரையவும் முடியும். ஆகவே, அது பிரச்சினையாக அமையாது.

வாசலில் அலங்காரப் பந்தல் அமைக்கவும் மண்டபத்தை அலங்கரிக்கவும் தரம் - 10 மாணவர்களைத் தெரிவு செய்துள்ளேன். அந்த வகுப்பிலுள்ள நிமல் செதுக்கல் வேலைப் பாடுகளைச் செய்யக்கூடியவர். மற்றைய மாணவர்கள் சிலரும் அவருக்கு உதவுவர். தேவையான பொருள்களை வாங்குவதற்கான ஏற்பாடு களும் செய்யப்பட்டுள்ளன. இப்போது அவர்களுக்குரிய வேலைகள் பகிர்ந்தளிக்கப்பட்டுள்ளன.

சேர், தரம் - 6 இற்கு மேற்பட்ட ஒவ்வொரு வகுப்பிலிருந்தும் தலா ஒரு நிகழ்ச்சி வீதம் மேடையேற்றுவதற்குச் சந்தர்ப்பம் அளிப்போமா? வரவேற்பு நடனமாடுவதில் தரம் - 9 மாணவர்களுக்கு வழங்குவோம். அந்த வகுப்பில் நடனத்தில் திறமையான மாணவர்கள் உள்ளனர். அவர்கள் அந்த நிகழ்ச்சியைச் சிறப்பாகச் செய்வர்.

அதிபர் : அப்படியென்றால் திரு. தேனுஜன் அவர்களே கடந்த மாதம் ஆக்கத்திறன் போட்டியில் தேசிய மட்டத்தில் வெற்றியீட்டியவர்களுக்குப் பரிசளிப்பு விழாவில் உரிய இடம் வழங்கப்படும் தானே? அவரால் அமைக்கப்பட்ட மின்தூக்கியின் காட்டுருவை பிரதம விருந்தினர்களைப் பார்வையிட செய்வோம்.

தேனுஜன் : ஆம், அவ்வாறே செய்யலாம் சேர்.

நீங்கள் இதுவரை வாசித்த உரையாடலை மீண்டும் ஒரு தடவை அல்லது இரண்டு தடவைகள் வாசியுங்கள்.

இங்கு ஒவ்வொருவரது திறமைகளையும் இனங்கண்டு அவற்றை மேலும் மேம்படுத்துவதற்குச் சந்தர்ப்பம் வழங்கப்பட்டுள்ளது. உண்மையான திறமைகளை இனங்கண்டு அவர்களுக்குச் சந்தர்ப்பம் வழங்க ஆசிரியர் தேனுஜன் அவர்கள் முயற்சி செய்துள்ளார் என்பதை நீங்கள் விளங்கிக் கொண்டிருப்பீர்கள். இந்த உரையாடலிலிருந்து பல்வேறு வகைப்பட்ட ஆற்றல் கொண்டோரை உங்களால் இனங்கண்டுகொள்ள இயலுமாகும். இவ்வாறான ஆற்றல்கள் அல்லது திறன்களை பின்வருமாறு வகைப்படுத்திக் காட்ட முடியும்.



உரு 2.1 அழகியற் திறன்கள்

- ◆ உடற்றிறன்கள்
- ◆ உளத்திறன்கள்
- ◆ சமூகத்திறன்கள்
- ◆ அழகியற் திறன்கள்
- ◆ ஒழுங்கலாறு தொடர்பான திறன்கள்
- ◆ மனவெழுச்சிச் சமனிலை தொடர்பான திறன்கள்

செயற்பாடு 2.1

கட்டிளமைப் பருவத்திலுள்ள உங்களது திறன்களை இனங்கண்டு கொள்ளுங்கள். இதனூடாக உங்களால் அடையப்பட வேண்டிய அதி உயர் இலக்கு எதுவென ஆராய்ந்து பாருங்கள். மேலும் உங்கள் நண்பர்களின் அதிஉயர் இலக்குகள் எவையென அறிந்து பட்டியற்படுத்துங்கள்.

செயற்பாடு 2.1 ஐப் பூரணப்படுத்திய பின்னர் கிடைக்கும் பட்டியலில் பின்வரும் விடயங்கள் அடங்கியுள்ளதா? எனப் பாருங்கள்

- ☛ பாடுவதில் வல்லவராகுதல்
- ☛ சித்திரம் வரைவதில் வல்லவராகுதல்
- ☛ விவாதத்தில் வல்லவராகுதல்
- ☛ விளையாட்டில் வல்லவராகுதல்
- ☛ புத்தாக்கங்கள் புனைவதில் வல்லவராகுதல்
- ☛ கணிதப் பிரச்சினைகளைத் தீர்ப்பதில் வல்லவராதல்
- ☛ நடப்புத் துறையில் வல்லவராதல்
- ☛ சிறந்த பேச்சாளராகுதல்
- ☛ சிறந்த பயிர்ச் செய்கையாளராதல்
- ☛ சிறந்த தச்சுத்தொழில் நுட்பவியலாளராதல்
- ☛ சிறந்த மின் நுட்பவியலாளராதல்
- ☛ சிறந்த நுணுக்கமுள்ள கொத்தாளராதல்
- ☛ சிறந்த வைத்தியராதல்
- ☛ சிறந்த பொறியியலாளராதல்
- ☛ கவிதை, பாடல்கள், நாவல்கள், சிறு கதைகள், நாடகங்கள் எழுதுதலில் வல்லவராதல்



உரு 2.2 விளையாட்டில் வல்லவராகுதல்

உங்களிடமுள்ள திறமைகளில் ஒன்று அல்லது பலவற்றை மேம்படுத்துவதன் மூலம் அவற்றில் நீங்கள் தேர்ச்சி பெற்றவராகலாம் என்பதில் ஐயமில்லை. இவ்வாறான உள்ளார்ந்த திறன்கள் ஒவ்வொருவரிடமும் உள்ளன. எங்களிடம் உள்ள உள்ளார்ந்த திறன்களுக்கு அமைய குறிப்பிட்ட இலக்கொன்றை இனங்கண்டு பிறருக்குப் பாதிப்பை ஏற்படுத்தாத வகையில் அதனை எய்துவதற்கு முயற்சி செய்யுங்கள். இதன்மூலம் உங்களிடத்தே திருப்தி, மகிழ்ச்சி, சுயகௌரவம் ஆகியன ஏற்படும். இவையனைத்தையும் ஒருங்கே சேர்ந்து சுயதிறனியல் நிறைவு என எளிதாகக் கூறிக் கொள்ள முடியும்.

இதன்படி சுயதிறனியல் நிறைவு என்பதை பின்வருமாறு விளக்கலாம்.

“எம்மிடத்தே உள்ள ஆக்கத் திறன்களின் மூலம் தாம் அடைய வேண்டிய இலக்கையடைந்து, சமூகத்திற்கு உச்ச அளவில் பணியாற்றி திருப்தியானதும் அமைதியானதும் சரியானதுமான வாழ்க்கையை மேற்கொள்வதே சுயதிறனியல் நிறைவு எனப்படும்.”

எங்களிடம் இவ்வாறான பல திறன்கள் காணப்பட்ட போதிலும் அவற்றை எம்மால் இனங்காண முடியாது போகலாம். எமக்கே உரித்தான திறன்களை இனங்காண்பதற்கு நாம் பல்வேறு செயற்பாடுகளில் ஈடுபட வேண்டும். சில சமயங்களில் எம்மிடமுள்ள திறன்களை இனங்காணவும் அவற்றைப் பயன்படுத்தவும் கிடைக்கும் வாய்ப்புக்கள் அரிதாகக் காணப்படலாம். சுயதிறனியல் நிறைவுத் தேவைகளை அடைவதற்கான முயற்சிகளின்போது தடைகள் ஏற்பட்டாலும் அவற்றைப் பொருட்படுத்தாது எப்போதும் தம்மிடமுள்ள திறன்களை இனங்காண்பதற்கு முயற்சிப்பது அவசியமாகும். நாம் இனங்கண்ட எம்மிடமுள்ள திறன்களைப் பயன்படுத்துவதற்கான வாய்ப்புக்கள் வரும்வரைக் காத்திராது அவ்வாறான வாய்ப்புக்களை நாம் தேடிப் பெற்றுக் கொள்ள வேண்டும். எமது ஆற்றல்களை பிறரது நன்மைக்கெனப் பயன்படுத்த வேண்டும். பிறருக்குச் செய்யும் சேவைகள் மூலமாகப் பெறும் திருப்தி, மகிழ்ச்சி ஆகியனவற்றைத் தன் பெற்ற இன்பமகக் கருதுவதே சுயதிறனியல் நிறைவு பெற்ற ஒருவரின் சிறப்பியல்பாகும்.

செயற்பாடு 2.2

உங்க ளது நன் பர்களு ன் இணைந்து ஒவ்வொரு வரும் நம் தாய் றுட் டுக்குச் சேவை செய்வதற்கென தெரிவுசெய்யும் தொழில்களை நிரற்படுத்துங்கள். அவ்வொவ்வொரு தொழிலுக்கும் உரிய ஆற்றல்களை அவரவர் கொண்டுள்ளாரா என ஆராய்ந்து பாருங்கள்.



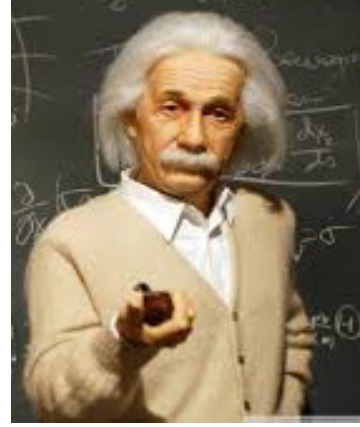
சுயதிறனியல் நிறைவைப் பெறுவதற்கு ஒருவர் கொண்டிருக்க வேண்டிய சிறப்பம்சங்கள்

ஒருவரிடம் ஆற்றல்கள் உள்ளபோதும் சுயதிறனியல் நிறைவை எய்துவதற்கு அவரிடம் சில சிறப்பியல்புகள் காணப்படல் வேண்டும். அவற்றில் சில பின்வருமாறு,

1. கற்றல் நுட்பத்தில் தேர்ச்சி பெறுதல்
2. தான் கொண்டுள்ள திறன்களை சமூக மேம்பாட்டுக்காகப் பயன்படுத்தல்
3. பிரபல்யமடையும் எதிர்பார்ப்பில் நலனோம்பல் நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்ளாமை
4. தனக்குக் கிடைத்தவற்றைக் கொண்டு திருப்தியடைதல்
5. எளிமையான வாழ்க்கை முறையைக் கொண்டிருத்தல்
6. நல்லொழுக்கம் கொண்ட நபராக விளங்குதல்
7. பிறரை மதிக்கும் பண்பைக் கொண்டிருத்தல்
8. சிறந்த ஆளிடைத் தொடர்புகளைக் கொண்டிருத்தல்

10. நெகிழ்வுப் போக்கு, பொறுமை, பதற்றப்படாத தன்மை ஆகியவற்றைக் கொண்டிருத்தல்
11. நேர முகாமைத்துவத்தைக் கொண்டிருத்தல்
12. சவால்களுக்கு வெற்றிகரமாக முகங்கொடுத்தல்

ஏற்கெனவே குறிப்பிட்டவாறு சுயதிறனியல் நிறைவு எனப்படுவது மிகச் சிக்கலான எண்ணக்கருவாகும். எனினும், நீங்கள் இந்த வயதிலும் வளர்ந்தோர் ஆகும் போதும் குறித்தளவு சுயதிறன் நிறைவைப் பெற்றுக் கொள்ளலாம் என்பதை விளங்கிக் கொண்டிருப்பீர்கள். சுயதிறனியல் நிறைவை உச்ச அளவில் பெற்றுக் கொண்ட சமயப் பெரியோர்களான இயேசுகிறிஸ்து, நபிகள் நாயகம், புத்தபெருமான், போன்றோரும் மகாத் மாகாந்தி, தெரேசா அம்மையார், ஆதர் சீ கிளார்க், ஆபிரகாம் லிங்கன் ஆகியோரும் மேற்கூறப்பட்ட சிறப்பம்சங்களுக்கு மேலதிகமாக உள்ளார்ந்த விசேட திறன்களைக் கொண்டிருந்தனர் என்பது தெளிவாகும்.



உரு 2.3 தன் திறமையை சமூக நலனுக்காகப் பயன்படுத்திய அல்பேட் ஐன்ஸ்டீன்

மனிதனது தேவைகளை ஒழுங்குமுறையில் வரிசைப்படுத்தும்போது உயர்மட்ட தேவையாகச் சுயதிறனியல் நிறைவுத் தேவை அமைந்திருக்கும்.

அனைவரும் தத்தமக்கு தனித்துவமான திறன்களை தம்மகத்தே கொண்டுள்ளார். இவ்வாறான ஆற்றல்களும் திறன்களும் அவரவருக்கேயுரிய உள்ளார்ந்த சக்திகள் எனப்படும். எம்மிடத்தே உள்ள ஆக்கத் திறன்களின் மூலம் அடைய வேண்டிய இலக்கை அடைந்து சமூகத்துக்கு உச்ச அளவில் பணியாற்றி திருப்தியானதும் அமைதியானதும் சரியானதுமான வாழ்க்கையை மேற்கொள்வதே சுயதிறனியல் நிறைவு எனப்படும்.

தனக்கேயுரிய சிறப்பான ஆற்றல்களை இனங்கண்டு அதற்கேற்றவாறான இலக்குகளைத் தெரிவு செய்வதன் மூலமாக சுயதிறனியல் நிறைவு நிலையை அடையும் ஆற்றல் கிடைக்கும்.

அவ்வாறே உயர் பண்புகளுக்கு ஏற்றவாறாக முயற்சியுடனும் அர்ப்பணிப்புடனும் நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்வதன் மூலம் சுயதிறனியல் நிறைவு நிலைக்கான வழியை இலகுவாக அடைந்து கொள்ளலாம்.



1. மனிதனது தேவைகளை ஒழுங்கு முறையில் குறிப்பிடுக.
2. சுயதிறனியல் நிறைவுத் தேவை என்பதை எளிமையாக விளக்குக.
3. சுயதிறனியல் நிறைவு நிலையை அடைந்த மனிதர்களில் காணப்படும் உயர் பண்புகள் ஐந்து தருக?
4. உங்களது சிந்தனைக்கு அமைய சுயதிறனியல் நிறைவு நிலையை அடைந்த பத்து நபர்களின் பெயர்களைக் கொண்ட பட்டியலொன்றைத் தயாரிக்குக.
5. சுயதிறனியல் நிறைவுத் தேவையைத் தெரிவுசெய்வதற்கு உங்களால் மேற்கொள்ளக் கூடிய நடவடிக்கைகளைக் குறிப்பிடுக.