SJDS 2022 2(2): 18-24

SRI LANKA JOURNAL OF SOCIAL DEVELOPEMENT (SJSD)
Volume 02 – Issue 02

வடக்கில் சிறார்கள் எதிர்கொள்ளும் போதைப்பொருள் மற்றும் மதுபாவனை அச்சுறுத்தலும் உளவளத்துணை இடையீடும்.

Thavarasa T.1.[1],
[1] Tranining division, National Institute of Social Development

ABSTRACT

இலங்கையின் வடமாகாண தமிழ் சமூகமானது நடைபெற்று முடிந்த யுத்தத்தின் பின்னர் தமது சமூக கட்டமைப்புக்களையும், பெறுமானங்களையும், விழுமியங்களையும் சீர் செய்து கொள்வதில் இயல்புநிலை குழப்பத்திற்கு உள்ளாகி உள்ளதுடன் யுத்த அச்சுறுத்தல்களிற்குள்ளுக்குள் வாழ்ந்த சிறுவர்களிற்கு தற்போது உயிர் அச்சுறுத்தல் தொடர்பான பதகளிப்போ, அதன் தாக்கங்களினால் உருவாகக்கூடிய உளத்தாக்கங்களோ குறைவடைந்துள்ள நிலையில் சிறார்கள் சுதந்திரமாக சிந்திக்கவும் தீர்மானம் மேற்கொள்ளக்கூடிய சூழல் தற்போது நிலவி வருகிறது எனினும் வடமாகாண சிறார்களை பொறுத்தவரையில் நவீனமயமாக்கலின் தாக்கம், திரைப்படங்களின் தலையீடு பெற்றோரிய பராமரிப்பு மற்றும் சமூகமயமாக்கலினால் சமூகமட்டங்களில் உருவான விழுமிய நிலைமாற்றங்கள், இணையத்தள பாவனைகள், பொருளாதாரத்தை மையப்படுத்திய கல்விமுறைகள் போதைப்பொருளிற்கு அடிமையாகின்ற சிறுவர்களின் எண்ணிக்கைகளை அண்மைக்காலமாக அதிகரித்துள்ளது (Nafeer.M,2018)

திறவுச்சொற்கள் :சிறுவர்கள், போதைப்பொருள் மற்றும் மதுபாவனை , அச்சுறுத்தல், உளவளத்துணை இடையீடு

போதை மற்றும் மதுவினை உள்ளெடுப்பதற்கான காரணங்கள்

போதை அல்லது மதுவினை உள்ளெடுக்கின்ற ஒருவர் அதற்கான தனது நியாயப்பாடுகளை கொண்டிருப்பார். எனினும் அவ்வாறான நியாயப்பாடுகள் ஆரோக்கியமான அறிகை சார்ந்ததன்று. அந்த அடிப்படையில் மகிழ்ச்சிக்காக பிறந்தநாள் கொண்டாட்டம், களைப்பிலிருந்து விடுபடுவதற்கு, கட்டிளமைப்புபருவத்தில் ஏற்படுகின்ற பிரச்சினைகளில் இருந்து விடுபடுவதற்கு, மனவெழுச்சிகளை முகாமை செய்வதற்கு, சண்டித்தனங்களை

வெளிப்படுத்துவதற்கு, தாழ்வு மனப்பான்மையில் இருந்து விடுபடுவதற்கு, தனிப்பட்ட உளவியல் தாக்கங்களில் இருந்து விடுபடுவதற்கு, கருத்து முரண்பாடுகளினை தாங்கிக்கொள்ளுதல் போன்றவற்றிற்காக போதைப்பொருள் பாவனையினை சிறுவர்கள் மற்றும் இளைஞர்கள் தங்களிடம் உள்ள நிதி மற்றும் கிடைக்கும் சூழலிற்கு அமைவாக கள்ளு, கசிப்பு, பியர், வைன், சாராயம், ரம், விறண்டி, ஐஸ், மா, தூள் கஞ்சா , கெரோஜின், பாண்பிறாக், பீடி, சிகரட், சுருட்டு, அயிஸ் போன்றவற்றை நுகர்கின்றனர்.

சிறுவர்கள் மத்தியில் காணப்படும் காரணமற்ற எண்ணங்கள் போதைப்பொருளினை ஊக்குவிப்பதுடன் போதைப்பொருளினை உட்கொள்வதனால் நித்திரையின்றி கற்றலை தொடரமுடியும், மது மற்றும் போதைப்பொருள் கற்றலுக்கான ஊக்கத்தையும் சக்தியையும் வழங்குகிறதுடன் மதுவினை உட்கொள்வது நவீனகலாசார சூழலிற்குட்பட்ட மனிதராக காண்பிக்கிறது, நண்பர்களின் வட்டத்தை அதிகரிப்பதுடன் மகிழ்ச்சியின் உச்சத்தையும் தருகின்றது என்ற போலியான நம்பிக்கைகள் சிறுவர்கள் மத்தியில் காணப்படுகிறது (ஹல்வான் மற்றும் மசாஹிர்,2017). விளையாட்டாக ஆரம்பிக்கிற போதை மற்றும் மதுபாவனை பழக்கமானது பின்னாளில் போதை மற்றும் மதுவிற்கு அடிமையாதலை ஏற்படுத்திவிடுகிறது.

இத்தகைய மது மற்றும் போதைப்பொருள் பாவனையின் அச்சுறுத்தல் உருவாவதற்கு வெளிச்சூழலில் ஏற்பட்ட மாற்றம் மாத்திரமல்ல குடும்பங்கள் தனிக்குடும்பங்களாக உருமாற்றம் பெற்றமை, பெற்றார்களுடைய கவனம் பொருளாதாரம் ஈட்டுவதிலும் சமூக அந்தஸ்த்தை நிலைநாட்டுவதற்கான முயற்சியில் ஈடுபடுதல், பிள்ளை பராமரிப்பிற்கான கவனம் குறைக்கப்பட்டு இருப்பது, உலக ஓட்டத்தில் அபிவிருத்தி அடைந்த நாடுகளில் பின்பற்றப்பட்டு வரும் தனிமனித சுதந்திரத்திற்கான ஊக்குவிப்பை நேரடியாக தமிழ் சமூகத்தில் பிரயோகிக்க முனைவது, மனப்பாடம் செய்யப்பட்ட உளவியல் முறைமைகள் இலங்கை சூழலிற்கு ஏற்றவாறு பரிசோதனையின்றி பிரயோயிக்கப்படல், குடும்பத்தில் பிள்ளைகளின் எண்ணிக்கை குறைந்து காணப்படுவதனால் அளவுக்கு அதிகமான யதார்த்தமற்ற நெகிழ்ச்சித்தன்மை, சிறுவர் மேற்பார்வை மற்றும் கண்காணிப்பில் காணப்படும் தளர்வுகளும் காரணமாக அமைந்துள்ளன.

போதை மற்றும் மது பாவனையை ஊக்குவிக்கும் காரணிகள்

வடக்கு சமூகத்தினர் வெளிநாடுகளில் வசித்து வரும் உறவினர்களுடன் நெருங்கிய தொடர்பினை கொண்டுள்ளதனால் விடுமுறைகாலங்களில் உறவினர்களின் பிள்ளைகள் இலங்கை வருகின்ற போது வடக்கு சிறார்களின் அவதானம் வெளிநாட்டு வாழ் சிறார்களுடைய மொழி, கலாசாரம் பழக்கவழக்கங்கள் பிள்ளைபராமரிப்பு முறைகள் மீது குவிக்கப்படுவதனால் அத்தகைய பராமரிப்பு அணுகுமுறை ஒன்றினையே தனது பெற்றோரிடமும் எதிர்பார்க்கின்ற துர்பாக்கிய நிலை காணப்படுகிறது. எனினும் தனிமனித சுதந்திரத்துடன் கூடிய சிறுவரின் உயரிய நலன் கருத்தில் கொண்டு செயற்படுவதற்குரிய உளப்பாங்கும் பொறிமுறைகளும் வரட்சியாக காணப்படுவதனால் சிறுவர்களின் நடத்தை பிறள்வுகள் என்பது கட்டுப்படுத்த முடியாததாகவோ தீவிரத்தன்மை வாய்ந்ததாகவோ உருவெடுக்கின்றன.

அவ்வாறானதொரு பின்னணியிலே வடக்கில் சிறுவர்களின் போதைப்பொருள் பாவனை தமிழ் சமூகத்தை அச்சுறுத்தும் பாரிய சமூக பிரச்சினையாக உருவெடுத்துள்ளது. வடக்குப்பகுதி அதிகமான பிரதேசங்கள் கடற்கரையை அண்டிய பிரதேசங்களாக காணப்படுவதனாலும் இந்தியாவுடனான கடல்மார்க்கமான நெருங்கிய பிரதேசமாகவும் இருப்பதனாலும் யுத்தத்தின் பின்னர் பங்களாதேஸ், பாகிஸ்தான், சீனா கொறியா, நேபாளம் போன்ற நாடுகளின் சுற்றுலா பயணிகளினுடைய வருகை, யுத்த பாதிப்புகளிற்குட்பட்ட தமிழ் சமூகத்தின் ஒரு பகுதியினர் எத்தகைய தொழிலையாவது மேற்கொண்டு பொருளாதாரத்தை அதிகரித்து விடவேண்டும் என்ற மனப்பாங்கு, சட்டவலுகுறைவு, போதைப்பொருள் கட்டுப்பாட்டில் காணப்படும் பிரயோகரீதியான தளர்வுகள், கொள்கை உருவாக்கங்களின் செயற்திறன் இன்மை, ஆன்மீகத்தலைவர்களின் குறைந்த சமூகதலையீடு, சமய மற்றும் சமூக பெறுமானங்கள் பற்றிய குறைந்த மதிப்பீடு, போன்றன போதைப்பொருள் பாவனையின் விற்பனை மற்றும் உற்பத்தியை துரிதப்படுத்தி இருக்கின்றன.

சிறுவர்களின் பாடசாலை இடைவிலகல், வயதுவந்தவர்களுடனான குழுசேர்க்கை, வறுமை, முறைப்படுத்தப்படாத பொழுதுபோக்கு, போதைப்பொருள் பாவனையை நாகரீகமாக கருதுகின்ற மனநிலை, பொருத்தமற்ற தொலைக்காட்சி நிகழ்ச்சிகளின் ஈடுபாடு, கேளிக்கைகள் மீதான நாட்டம் என்பனவும் சிறுவர்கள் போதைப்பொருளிற்கு அடிமையாதலை ஊக்குவிக்கின்ற காரணிகளாக காணப்படுகின்றன. சிறுவர்களிற்கு தெரியாமலே அவர்கள் விரும்புகின்ற உணவு பொருட்களான பீடா, ஐஸ்பழம், குளிர்பானம், கேக், மாங்காய் போன்றவற்றிலும் கலக்கப்பட்டு போதைப்பொருள் பாவனை ஈடுபாட்டை உருவாக்குவதற்கு வடபகுதியில் முனைகின்ற சம்பவங்கள் இடம்பெறுகின்றன.

போதை மற்றும் மது பாவனையால் எதிர்கொள்ளப்படும் சவால்கள்

சிறார்களின் எதிர்காலம் முற்றாக வலுவற்றதாக தோற்றுவிக்கப்படுவதுடன் அச்சுறுத்தல் மிகுந்த இலக்குக்குழுவாக உருவெடுக்கிறது. மது மற்றும் போதைப்பொருள் பயன்படுத்தும் பெரியவர்களாலும் சிறுவர் துஸ்பிரயோகம், குடும்ப வன்முறைகள், கற்பழிப்பு, குடும்பபிளவுகள் ஏற்படுகிறது. இதன்காரணமாக கல்வியில் அக்கறையற்ற, இலக்கற்றவர்களாகவும், செயற்திறன் அற்றவர்களான உடல், உள ரீதியில் நோய்வாய்ப்பட்ட சமூகமாக தமிழ் சிறார்கள் தோற்றுவிக்கப்படுவதற்கான அபாயம் காணப்படுகிறது. இதன் விளைவாக உடல் ரீதியாக தொடர்ச்சியான தலையிடி உபாதைகள், விபத்துக்கள், காயங்கள், கொழுப்புபடிதல், ஈரல் அழற்சி, சிரோசிஸ், துஸ்பிரயோகங்களுக்குள்ளாதல், குடும்பவன்முறை, உடல் அங்கங்களின் தொழில்பாட்டு இழப்பு, புற்றுநோய்கள், மூளைபாதிப்பு, புலன்உணர்வுகள் பாதிப்படைதல், இரப்பை அலற்சி, இரப்பை புண்கள், கைகால் நடுக்கம் உருவாவதுடன் குறைந்தவயதில் மரணம் சம்பவிக்கும் சூழ்நிலையும் தோற்றுவிக்கப்படுகிறது. இது மதுபாவனையை மேற்கொள்ளும் காலம், அளவு என்பவற்றை பொறுத்து ஆளுக்கு ஆள் வேறுபடக்கூடியதாக இருக்கும்.

உளரீதியான பாதிப்புக்களாக மனஅழுத்தம், மாயபுலன் உணர்வு, ஆக்குரோச நடத்தை, தற்கொலை, மனசோர்வு, விரக்தி, துக்கம், மறதி, சந்தேகம், பயம் போன்றனவும் உருவாகலாம். இந்நிலையில் போதைப்பொருள் பாவனைக்குட்பட்டு இருக்கின்ற சிறுவர்களை உடனடியாக நிறுத்தம் செய்கின்ற போது பாரிய உள நோய்களோ அல்லது உடல் நோய்களோ உருவெடுக்கலாம். ஆகவே போதைப்பொருள் பாவனை என்பது வருமுன் காப்பதே மிகச்சிறந்ததாகும்.

போதை மற்றும் மது பாவனைக்குள்ளானவர்களுக்கான கோட்பாட்டு ரீதியிலான பார்வை

போதைப்பொருளிற்குட்பட்ட சிறார்களை கையாளுகின்ற பொழுது சூழலியல் கோட்பாட்டினை கருத்தில் கொண்டு மறுவாழ்விற்குட்படுத்துவது சிறந்தது. சூழலியல் கோட்பாடானது ஒருவனது நடத்தை ரீதியிலான பாதிப்புக்கள் பல்வேறு மட்டங்களில் செல்வாக்கு செலுத்துவதுடன் தனிப்பட்ட நடத்தை வடிவமைப்பானது சமூகச்சூழலால் தீர்மானிக்கப்படுகிறது என்பதை குறிக்கிறது. ஆகவே சிறுவர்களை கையாளுகின்றபோது தனிப்பட்ட உளவளத்துணை வழங்கப்படுவதுடன் ஆள் உள்ளிடை தொடர்பு மற்றும் ஆளிடைதொடர்பு விருத்தி, குடும்ப ஆதரவு மற்றும் சமூக ஆதரவினை பெற்றுக்கொடுத்து தொடர்ச்சியாக மறுவாழ்வு அளிக்கப்பட்ட சிறுவர் மீண்டும் போதைப்பொருள் பாவனைக்குட்படுவதை தவிர்ப்பதற்கான சூழலையும் கொள்கை உருவாக்கங்களையும் ஏற்படுத்தி கொடுக்க உளவளத்துணையாளர் ஈடுபடவேண்டும்.

அதுமாத்திரமல்லாது ஆரோக்கிய நம்பிக்கை மாதிரி (Health Belief Model) முறையின் ஊடாக சிறுவர்களிடம் போதைப்பொருள்பாவனையை குறைப்பதற்கான ஊக்கப்படுத்தலை வழங்கமுடியும். ஆரோக்கிய நம்பிக்கை மாதிரி முறையானது உணரப்பட்ட பாதிப்பு (Perceived Susceptibility), உணரப்பட்ட தீவிரத்தன்மை (Perceived Severity) உணரப்பட்ட பலன்கள் (Perceived benefits) உணரப்படுகின்ற தடைகள் (Perceived Barriers) நடவடிக்கைகளுக்கான நினைவூட்டல் (Cue Action) மாற்றத்திற்கான சுய ஆற்றல் மீதான நம்பிக்கை (Self-efficacy) போன்ற கட்டமைப்புக்களை அடிப்படையாகக் கொண்டு போதைப்பொருளிற்குட்பட்ட சேவைநாடியை புனர்வாழ்விற்குட்படுத்த முடியும். அதாவது சிறுவர்களிற்கு போதைப்பொருள் மாற்றத்தை மேற்கொள்வதற்கான நிபந்தனைகளில் சூழ்நிலையை அடைந்துகொள்வதற்கான வாய்ப்புக்களினை சேவைநாடி எதிர்கொள்ளும் அச்சுறுத்தல்களை வரையறை செய்வதன் மூலமும் சேவைநாடி எதிர்கொள்ளும் அச்சுறுத்தலை அல்லது ஆபத்தை எதிர்கொள்வதை புரிந்து கொள்வதற்கான புலக்காட்சியை தோற்றுவித்து, குறித்த தீவிரத்தன்மைகான செல்வாக்கு செலுத்தும் காரணங்களை அடையாளப்படுத்துவதன் மூலம் உணரப்பட்ட தீவிரத்தன்மையை விளங்கிக்கொண்டு, ஆபத்தை குறைக்கக்கூடிய நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்வதற்கான திறன்கள் மற்றும் நம்பிக்கைகள் மூலம்

சாத்தியமான மற்றும் நேரான விளைவுகள் தொடர்பாக கலந்துரையாடி உணரப்படுகின்ற பலன்களை தெளிவுபடுத்துவதனால், உணரப்படுகின்ற தடைகள் மற்றும் நடவடிக்கை மேற்கொள்வதற்கான செலவுகள் உணர்வுகள் தொடர்பாக ஆழமாக ஆராய்ந்து, திட்டமிடப்பட்ட நடவடிக்கைகளை நினைவூட்டல் மேற்கொண்டு இலக்குகளை வலியுறுத்தி புதிய மாற்றத்திற்கான நடத்தைகளை தூண்டுவதற்கான ஆயத்தநிலைகளை மேற்கொள்ள வேண்டும் என்பதுடன் யதார்த்தமான இலக்குகளை அடைவதற்கான சுய நம்பிக்கையை வளர்த்தெடுத்து மீள்வலியுறுத்தல் செயற்பாட்டின் மூலம் ஒவ்வொரு படிமுறையையும் வழிகாட்டல் மற்றும் உதவிகளைப்பெற்று வெற்றிகரமாக ஆரோக்கியமான நடத்தை மாற்றத்தை மேற்கொள்வதை ஆரோக்கிய நம்பிக்கை மாதிரி வலியுறுத்துகிறது.

போதை மற்றும் மது பாவனைக்குள்ளான சேவைநாடிகளுக்கான உளவளத்துணை இடையீடு

போதைப்பொருள் பாவனைக்குட்பட்ட சிறார்களுக்கான உளவளத்துணை செயற்பாட்டில் ஈடுபடுகின்ற பொழுது பொறுமையோடு சிறுவர்களை சேவைநாடியாக கருதி அவர்களோடு அன்பாய் இருந்து போதைப்பொருளை பாவனையை மேற்கொள்வதற்கு தூண்டிய காரணிகள், சந்தர்ப்பங்கள் பாவனை முறைமைகள், பாவனையினால் ஏற்பட்ட பாதிப்புக்கள், பாவனையின் பின்னரான அறிகுறிகள், வெளிப்பாடுகள் தொடர்பாக கவனம் செலுத்தவேண்டும். என்பதுடன் பொருத்தமான ஒத்துணர்வு மற்றும் பிரதிபலிப்புக்களை வழங்குவதன் ஊடாக சேவைநாடியின் உள்ளுணர்விற்குள் மாற்றத்தை ஏற்படுத்துவதற்கான தூண்டலை வழங்குதன் ஊடாக சேவைநாடி போதைப்பொருளில் இருந்து விடுபடுவதற்கான விருப்பத்தை சேவைநாடியினை உணரச்செய்தல் உளவளத்துணையாளரின் பிரதான பணியாகும்.

இதன் போது வெறுப்பான எண்ணங்களை அகற்றி குடும்பமட்டத்திலும் சமூகமட்டத்திலும் நல்லுறவையும் ஆதரவையும் வளர்க்க முனைதல் வேண்டும். அதன்வேளை ஆக்குரோச நடத்தை காணப்படின் அத்தகைய நடத்தையை மாற்றுவதற்கு அறிகை ரீதியிலான மாற்றத்தின் மூலம் குறைப்பதற்கோ அல்லது முகாமை செய்யவோ நடவடிக்கை எடுக்க வேண்டும். சில சமயங்களில் உளவளத்துணை சேவை வழங்குவதற்கு அப்பால் மருத்துவ சிகிச்சைக்குட்படுத்த வேண்டியுள்ள மட்டங்கள் இருப்பின் உடனடியாக மனநலமருத்துவரிடம் பரிந்துரை மேற்கொண்டு உடலில் உள்ள நச்சுத்தன்மை மற்றும் மதுவினால் ஏற்பட்ட நோய்களுக்கான சிகிச்சைகள் வழங்கவேண்டும்.

சில சமயங்களில் குடும்ப மட்டங்களில் ஆதரவினைப் பெறுவதற்காக குடும்ப உளவளத்துணை மற்றும் தனிப்பட்ட ரீதியில் காணப்படுகின்ற தாழ்வு மனப்பான்மை போன்றவற்றை நீக்குவதற்கு தனிப்பட்ட உளவளத்துணை போன்றவற்றை வழங்க முனைய வேண்டும். போதைப்பொருளுக்கான உளவளச்சிகிச்சை என்பது சேவைநாடி மீண்டும் போதை பொருட்களை உள்ளெடுக்காதவரையே சாத்தியமானது. ஆகவே சேவைநாடிக்கு மறுவாழ்வு

அளிக்கும் போது மீண்டும் சேவைநாடி போதைப்பொருளை உள்ளெடுப்பதற்கான சூழ்நிலையை சூழலோ அல்லது நண்பர்களோ மேற்கொள்ளாதவாறு பார்த்துக்கொள்ள வேண்டும். அது மாத்திரமன்றி சேவைநாடி தொடர்ச்சியாக தனது மேலான நலனை தக்க வைப்பதற்கான யோகா பயிற்சி மற்றும் தியானம்,தளர்வு பயிற்சி, ஆன்மீக ஈடுபாடு, ஆரோக்கியமான பொழுதுபோக்கு விடயங்களிலும் ஈடுபாட்டை அதிகரிப்பதுடன் இயல்பாக பயிற்சியில் மேற்கொள்வதற்கு வசதிப்படுத்தியிருக்க வேண்டும். அதே சமயம் வீதிநாடகங்கள், துண்டுபிரசுரங்கள், குறும்படங்கள், கலந்துரையாடல்கள் ஊடாக சிறுவர்களின் போதைப்பொருள் பாவனையை கட்டுப்படுத்த நடவடிக்கை எடுப்பதுடன் பிரதேச மட்டங்களில் இருந்து தேசிய மட்டங்கள் வரையும் கொள்கையளவிலும் போதைப்பொருள் குறைப்பிற்கான நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்வதன் ஊடாகவே வடக்கில் அதிகரித்துவரும் சிறுவர் போதைப்பொருள்பாவனையை குறைக்க முடியும் என்பது திண்ணம்.

நிறைவுரை

வடக்கிலே அதிகரித்து வரும் போதைப்பொருள் மற்றும் மது பாவனை இலங்கை சமூக கலாசார பண்பாட்டியலில் கலாசார அதிர்ச்சியை தோற்றுவித்துள்ளதுள்ளதுடன் இந்நிலையானது சிறுவர்கள் மத்தியில இயல்பு சூழலை நிலைகுலையச் செய்துள்ளது. இதனால் பெற்றோர்கள் மற்றும் ஆசிரியர்கள் சிறுவர் நலன் பேணுபவர்கள் போதைப்பொருள் மற்றும் மதுபாவனை தொடர்பான அச்சுறுத்தலை குறைப்பதற்கான பல்வேறு முயற்சிகளை மேற்கொண்டு வருகின்றனர். இருப்பினும் போதைப்பொருள் பாவனையை கட்டுப்படுத்துவதில் அரசும் அரசாரா அமைப்புக்களும் தோல்விகளை எதிர்கொண்டுள்ளனர். ஆகவே மது மற்றும் போதைப்பொருள்பாவனைக்குள்ளானவர்களை மீட்டெடுப்பதற்கு கட்டமைக்கப்பட்ட உளசமூக தலையீடு ஒன்றின் தேவை உணரப்படுவதுடன் குறித்த தலையீடானது அரச மற்றும் அரசாரா சமூகமட்ட அமைப்புக்களின் பங்களிப்புடன் நுண்பாக மற்றும் பெரும்பாக மட்டங்களிற்கு பொருத்தமான வகையில் இடையீடு செய்யப்படுவதன் மூலமே குறித்த அச்சுறுத்தலில் இருந்து சிறுவர்களை பாதுகாக்க முடியுமாக இருக்கும்.

உசாத்துணை நூல்

தயா சோமசுந்தரம் மற்றும் சிவயோகன்.சா, (2010). தமிழ் சமுதாயத்தில் உளநலம், சாந்திகம் ,யாழ்ப்பாணம்.

இலங்கையில் உளசமூகப்பணி தொடர்பான நல்ல நடைமுறைகள் பற்றிய வழிகாட்டும் நெறிமுறைகள் ,(2007). உளவியல் சமூகவியல் மன்று, கொழும்பு

விமலா கிருஸ்ணபிள்ளை ,(2003). வழிகாட்டலும் ஆலோசனையும், கே.எஸ்.யு கிறபிக்ஸ்,ராஜகிரிய.

முத்துலிங்கம்.ச (2002). கல்வியும் உளவியலும், கல்வி உளவியல் துறை, கொழும்பு பல்கலைக்கழகம்.

சபா ஜெயராசா, (2005). குழந்தை உளவியலும் கல்வியும், பூபாலசிங்கம் பொத்தகசாலை, கொழும்பு.

நவீர்,(2018).இளைஞர்கள் மத்தியில் போதைவஸ்த்து பாவனையின் ஊடுருவலும் அதன் தாக்கங்களும்: அட்டாளைச்சேனை ஆலங்குளம் பிரதேசத்தை மையப்படுத்திய ஆய்வு, 5வது சர்வதேச ஆய்வு மாநாடு, தென்கிழக்கு பல்கலைக்கழகம். ஒலுவில.

ஹல்வான் மற்றும் மசாஹிர் (2017).போதைப்பொருள் பாவனையும் மகளிர் மற்றும் சிறுவர்கள் மீதான அதன் தாக்கங்களும் : ஏறாவூர் பொலிஸ் பிரிவை மையப்படுத்திய கள ஆய்வு, 4வது சர்வதேச ஆய்வு மாநாடு, தென்கிழக்கு பல்கலைக்கழகம், ஒலுவில.