

## கேள்விகளின் பட்டியல்

பச்சிளம் குழந்தை மற்றும் தவழும் குழந்தை  
(பிறப்பிலிருந்து 3 வயது வரை)

வளர்ச்சியின் அடையாளங்கள்	2
சமூக நடத்தை	9
உடன் பிறந்தோரிடையே போட்டி	11
விரல் சூப்புதல்	14
சிறு குழந்தைகளுக்கான விளையாட்டுப் பொருட்கள்	17

நடத்தை

1. நாங்கள் பேசும்போது என் மகன் ஏன் எதிர்வினை காட்டுவதில்லை? 19
2. அடங்காத என் மகளை எப்படிக் கட்டுப்படுத்துவது? 20
3. என் குழந்தையின் மொழித் திறனை எப்படி அதிகரிப்பது? 20
4. கணவர் குடும்பத்தினரிடம் என் கைக்குழந்தையை விடுவது எனக்கு மிகுந்த குற்ற உணர்வைத் தருகிறது. நான் என்ன செய்ய வேண்டும்? 21
5. வேறு விதப் பண்பாட்டில் அனுசரித்துப் போக குழந்தைக்கு நாங்கள் எவ்வாறு உதவலாம்? 22
6. விடாது அழும் என் குழந்தையின் அழுகையை எப்படி கட்டுப் படுத்துவது? 23
7. என் மகன் கீழ் உதட்டை சப்புவதை எவ்வாறு தடுக்க முடியும்? 24
8. என் குழந்தைக்கு கவனக்குறைவுக் கோளாறு இருக்குமோ? 25
9. என் குழந்தை என் தன் பாட்டியிடம் அதிகப் பற்றுதல் கொண்டிருக்கிறான்? 26
10. தன்னையே ஈரப்படுத்திக்கொள்ளும் வரை என் மகன் சிறுநீர் கழிப்பதை அடக்கி வைக்கிறான், இது ஏன்? 26
11. என் விவாகரத்திற்குப் பிறகு என் குழந்தையை எவ்வாறு கவனிப்பது? 27
12. எங்கள் மகளை எவ்வாறு தைரியசாலியாக உருவாக்குவது? 28
13. என் மகன் மற்ற குழந்தைகளிடம் ஏன் முரடாக நடந்து கொள்கிறான்? 29

14. என் மகன் எப்போதும் ஏன் கூச்சலிட்டு அழுகிறான்? 29  
 15. என் மகன் ஏன் மற்றவர்களுடன் பகிர்ந்து கொள்ள மறுக்கிறான்? 30

உண்பதில் பிரச்சனைகள்

16. என் மகளை எல்லா உணவுகளையும் உண்ணச் செய்வது எப்படி? 31  
 17. என் குழந்தை அடுத்த வீட்டாரிடம் தின்பண்டம் கேட்டு உண்பது ஏற்றுக் கொள்ளத்தக்கதா? 32  
 18. நான் இல்லாதபோது என் மகள் ஏன் உண்பதை நிறுத்திவிட்டாள்? 33

பள்ளிப் பிரச்சனைகள்

19. பள்ளியில் என் மகள் ஏன் பேசாமல் மௌனமாக இருக்கிறாள்? 34  
 20. குழந்தைகள் காப்பகத்தில் என் குழந்தையை விடுவதால் அதன் மூளை வளர்ச்சி பாதிக்கப்படுமா? 35  
 21. குழந்தைகள் காப்பகத்தில் 11 மாதக் குழந்தையை விடுவது சரியா? 36  
 22. என் மகளுக்கு பாடம் சொல்லி தர அதிக நேரத்தை ஒதுக்குவது எப்படி? 37  
 23. குழந்தைகள் காப்பகம் குழந்தையின் வளர்ச்சியைப் பாதிக்குமா? 38

உறக்கப் பிரச்சனைகள்

24. என் குழந்தையைத் தனியாகப் படுக்க வைக்கலாமா? 39  
 25. என் குழந்தை உறங்குவதற்கு அதிக நேரம் எடுத்துக்கொள்வது ஏன்? 40  
 26. வெளியிலிருக்கும்போது என் மகள் ஏன் உறங்குவதில்லை? 40  
 27. பெற்றோர்கள் உடலுறவு கொள்வதைக் குழந்தைகள் பார்த்தால், அது அவர்களைப் பெரிதும் பாதிக்குமா? 41

### முன்பள்ளிப் பருவத்தினர் (3-5 வயதினர்)

வளர்ச்சியின் அடையாளங்கள்	44
அச்சங்களை சமாளித்தல்	46
அடம் பிடித்தல்	50
பாலியல் கல்வி	53
உண்பதில் பிரச்சனைகள்	56
பேச்சுத்திறன் கோளாறுகள்	59
திக்குதல்... அதை எவ்வாறு வெற்றிகொள்வது	60

பிரச்சனையுள்ள குழந்தைகள்

28. சிறிய விஷயங்களுக்கும் குழந்தை ஏன் அழுகிறான்? 63  
 29. மனம்போன போக்கில் நடக்கும் குழந்தையை எப்படி சமாளிப்பது? 65  
 30. குழந்தைகளின் தவறான நடத்தையை எவ்வாறு கையாளுவது? 66  
 31. கூருணர்ச்சி மிக்க என் மகளை எவ்வாறு சமாளிப்பது? 67  
 32. தன் கருத்தைக் கூறமுடியாதபோது என் மகன் மற்ற குழந்தைகளைக் கடிப்பது ஏன்? 68  
 33. அடம் பிடிக்கிற, மூர்க்கமாக உள்ள என் குழந்தையை எவ்வாறு கையாளுவது? 68

34. என் மகனின் குறைவான கவனத்தை எவ்வாறு கையாளுவது? 69  
 35. எங்கள் குறும்புக்கார மகனை எவ்வாறு சமாளிப்பது? 70  
 36. பொறாமைமும், முரட்டுத்தனமும் உள்ள குழந்தையைக் கையாளுவது எப்படி? 71

பழக்கவழக்கங்கள்

37. குழந்தையின் நகம் சுடிக்கும் பழக்கத்தை எவ்வாறு நிறுத்துவது? 72

பள்ளிப் பிரச்சனைகள்

38. மழலையர் பள்ளியில் அதிக பாடங்களைத் திணிப்பது குழந்தையின் ஆரோக்கியத்தைப் பாதிக்குமா? 74  
 39. பள்ளிக்குப் போக மறுக்கும் குழந்தையை எவ்வாறு கையாளுவது? 74  
 40. எந்த வயதில் ஒரு குழந்தை எழுதத் தொடங்க வேண்டும்? 75  
 41. வகுப்பில் வருகைப் பதிவு செய்யும் போது என் குழந்தை ஏன் பதில் கூறுவதில்லை? 76  
 42. என் குழந்தையால் சரியாக எழுத முடியவில்லை. நான் என்ன செய்ய வேண்டும்? 76  
 43. என் குழந்தை மிகவும் அறிவுக்கூர்மை உள்ளவர். ஆனால் பள்ளியில் பேசுவதில்லை. நாங்கள் என்ன செய்ய வேண்டும்? 78  
 44. என் குழந்தை ஏன் சக மாணவர்களுடன் கலந்து கொள்வதில்லை? 79  
 45. என் மகனுக்கு படிப்பில் நாட்டம் குறைந்துவிட்டது, ஏன்? 80

உண்பதில் பிரச்சனைகள்

46. என் குழந்தைக்கு உணவில் நாட்டமே இல்லை. என்ன செய்வது? 81  
 47. உணவை உண்ண என் குழந்தை ஏன் அதிக நேரம் எடுக்கிறான்? 81

குழந்தையைப் பேணுதல்

48. நான் வேலைக்குச் செல்லும் தாய். என் குழந்தை நான் சொல்வதைக் கேட்பதில்லை. நான் என்ன செய்ய வேண்டும்? 83  
 49. தந்தையைப் பற்றி என் மகன் கேட்கும் கேள்விகளுக்கு நான் எப்படி பதில் கூறுவது? 84  
 50. என் ஐந்து வயது மகன் இன்னும் கழிப்பறையைப் பழகாதது ஏன்? 85  
 51. தனித்து வாழும் நான் என் குழந்தைகளை எவ்வாறு சரியாக வளர்ப்பது? 85  
 52. பெற்றோர் இருவரும் வேலை செய்வது குழந்தை வளர்ப்பைப் பாதிக்குமா? 86  
 53. என் குழந்தைக்கு ஒழுக்கத்தைப் பழக்க என்ன செய்ய வேண்டும்? 87  
 54. எங்கள் குழந்தையின் முன்பாக நாங்கள் சண்டை போடுவதால் அவன் பயந்து போயிருக்கிறான். நாங்கள் என்ன செய்ய வேண்டும்? 88  
 55. என் கணவரின் முதல் மனைவியின் மகள் தன் தாயை ஏன் வெறுக்கிறாள்? 88  
 56. என் குழந்தை பொய் சொல்வதை எவ்வாறு தடுப்பது? 89

பேச்சுத்திறன் கோளாறுகள்

57. என் குழந்தையின் திக்குதல் எப்போதுமே மாறாதா? 90

பாலியல் கல்வி

58. என் மகன் பாலுறுப்புக்கள் பற்றி அடிக்கடி கேள்வி கேட்பது ஏன்? 91

59. மற்றவர்களின் மார்பை என் குழந்தை தொடாமல் இருக்க என்ன செய்ய வேண்டும்? 92

இதர பிரச்சனைகள்

60. தன்னைப் பெண் என்பதை என் மகள் ஏன் விரும்புவதில்லை? 93

61. நான் வேலைக்குப் போவதைப் பற்றி என் மகள் கலங்குவதை எவ்வாறு கையாளுவது? 94

62. ஒற்றைக் குழந்தையாக இருப்பதை என் மகள் ஏற்றுக்கொள்ள என்ன செய்ய வேண்டும்? 94

63. என் குழந்தை வெளிப்படுத்துவது தவறான நடத்தையா அல்லது வெறும் விளையாட்டுதானா? 95

64. தாய் வேலைக்குப் புறப்படும்போது அழும் குழந்தையை எவ்வாறு கையாளுவது? 97

65. கற்பனை நண்பனைக் கொண்டிருப்பது ஒரு குழந்தைக்கு இயல்பா? 97

66. விருந்தினர் வரும்போது என் மகன் அதிக உற்சாகமாக இருப்பது ஏன்? 98

67. குழந்தைகள் மீதான வன்முறையிலிருந்து என் மகனை எப்படிப் பாதுகாப்பது? 99

68. தனக்குத்தானே பேசிக் கொள்ளுகின்ற என் குழந்தை மற்றவர்களிடம் ஏன் பேச முடியவில்லை? 100

69. என் மகள் அச்சத்திலிருந்து விடுபட நான் எவ்வாறு உதவ முடியும்? 101

70. என் பேத்தி தன் செல்லப் புறாவின் கழுத்தை நெறித்துக் கொண்டு விட்டாள். நாங்கள் என்ன செய்ய வேண்டும்? 102

71. என் குழந்தை ஒரே விளையாட்டில் மிக நாட்டம் காட்டுவது ஏன்? 103

## 6-9 வயதினர்

குழந்தைகளை நெறிப்படுத்தல் 106

பாதுகாப்புக் குறிப்புகள் 109

பாலியல் வன்முறை 111

பள்ளியில் குழந்தை 113

பள்ளிப் பிரச்சனைகள்

72. என் குழந்தை மெதுவாகக் கற்பவனா? 116

73. புத்தகம் படிக்கும் பழக்கத்தை என் குழந்தையிடம் எவ்வாறு வளர்ப்பது? 117

74. என் மகன் ஒதுங்கியிருப்பதும், பள்ளி செல்ல மறுப்பதும் ஏன்? 117

75. ஒவியத்தில் என் மகனுக்கு உள்ள ஆர்வம் அவனுடைய படிப்பைப் பாதிக்குமா? 118

76. படிப்பில் கவனம் செலுத்தாத என் மகளை எவ்வாறு சமாளிப்பது? 119
77. படிப்பைப் புறக்கணிக்கிற என் மகளை எவ்வாறு கையாளுவது? 120
78. படிப்பில் பிரச்சனையுள்ள குழந்தை என்று என் குழந்தையை பள்ளி ஏன் முத்திரை குத்தியுள்ளது? 121
79. என் மகன் தன் கையெழுத்து மோசமாக உள்ளதைப் பற்றிக் கவலைப் படுகிறான். நான் என்ன செய்ய வேண்டும்? 122
80. வலது கையைப் பயன்படுத்த வேண்டும் என்று என் குழந்தையை நான் வற்புறுத்த வேண்டுமா? 123
81. படிப்பைத் தவிர்க்கும் என் மகளை எவ்வாறு சமாளிப்பது? 124
82. என் கணவர் கல்வியை மதிக்காதது ஏன்? 125

குழந்தைகளை நெறிப்படுத்தல்

83. என் மகன் என்னுடன் இருக்கும்போது மட்டும் அடம்பிடிப்பது ஏன்? 126
84. என் மகளுக்கு இருக்கும் 'என் மீது யாருக்கும் அன்பு இல்லை' என்னும் மனப்போக்கை எவ்வாறு மாற்றுவது? 127
85. வெளியில் மிக ஒழுங்காகவும் வீட்டில் அதற்கு நேர்எதிராகவும் நடந்து கொள்ளும் என் குழந்தைக்கு நான் என்ன செய்ய முடியும்? 128
86. என் குழந்தை பள்ளிக்குச் செல்வதற்காக உறக்கத்திலிருந்து விழிக்க அதிக நேரம் எடுக்கிறான்? என்ன செய்வது? 129
87. என் மகன் விளையாட்டில் தீவிரம் காட்ட எவ்வாறு உதவலாம்? 129
88. நாங்கள் எங்கள் குழந்தையைக் கவனிக்காமல் இருக்கிறோமா? 130
89. என் மகளின் கவனம் எளிதில் திசைதிரும்பி விடுவது ஏன்? 130
90. என் குழந்தையின் கவனக் குறைவிற்குக் காரணம் என்ன? 131
91. உரத்த குரலில் அதிகம் பேசும் குழந்தையைக் கையாளுவது எப்படி? 132
92. என் தோழியின் குழந்தைகள் என்னை ஏற்றுக் கொள்ள நான் என்ன செய்ய வேண்டும்? 133
93. செய்வதையே திரும்பத்திரும்பச் செய்கிற, அமைதியற்றிருக்கிற குழந்தையை எப்படிக் கையாளுவது? 134
94. எல்லாவற்றையும் தன் இஷ்டப்படி செய்யும் எங்கள் மகனைக் கையாளுவது எப்படி? 135

பாலியல் கல்வி

95. பாலியல் பற்றி ஆர்வம் காட்டுவது இளம் பிள்ளைகளின் இயல்பா? 137
96. பாலியல் பற்றிய என் இளம் குழந்தையின் கேள்விகளை எவ்வாறு கையாளுவது? 137
97. நாங்கள் உடலுறவு கொள்வதை மகள் பார்த்தாள். என்ன செய்வது? 138
98. உடலுறவு பற்றி என் மகனுக்கு எவ்வாறு எடுத்துக் கூறுவது? 139

அச்சங்கள்

99. என் மகன் அச்சத்திலிருந்து விடுபட நான் எவ்வாறு உதவ முடியும்? 140

10-13 வயதினர்

குழந்தைகள் கூச்சப்படுதல் 142  
 விவாகரத்து மற்றும் பிரிவின்போது உதவி 144  
 குழந்தைகளும் தொலைக்காட்சி வழக்கமும் 147

பள்ளிப் பிரச்சனைகள்

100. படிப்பில் ஆர்வமில்லாத பிடிவாதமான குழந்தையைப் பேணி வளர்ப்பது எப்படி? 150  
 101. என் குழந்தை வயதிற்குப் பொருத்தமான வகுப்பில் இருக்கிறானா? 151  
 102. பரீட்சைக்கு முன் நான் எல்லாவற்றையும் மறந்துவிடுவது ஏன்? 152  
 103. கற்பதில் பிரச்சனை உள்ள என் மகன் படித்து பட்டம் பெற முடியுமா? 152  
 104. குழந்தை விளையாடுவதை விட்டு எல்லா நேரத்திலும் படிக்க வற்புறுத்த முடியுமா? 153  
 105. என் குழந்தையால் படிப்பைச் சமாளிக்க முடியுமா? 154  
 106. என் மகனின் படிப்புப் பிரச்சனையை எவ்வாறு கையாளுவது? 154  
 107. தெரிந்த பதிலையும் என் மகன் ஏன் எழுத முடியவில்லை? 155

குழந்தைகளை நெறிப்படுத்தல்

108. சுகாதாரத்தில் கவனமில்லாத குழந்தைகளை எப்படி சமாளிப்பது? 156  
 109. என் பத்து வயது மகன் பொய் பேசுவதை எப்படித் தடுப்பது? 157  
 110. நாங்கள் பணக்காரர்களாக இல்லை என்பதை என் குழந்தை அவமானம் எனக் கருதுகிறான். அதை எவ்வாறு சமாளிப்பது? 158  
 111. மூத்ததாரத்தின் மகனின் திருட்டுப் பழக்கத்தை எப்படிக் கையாளுவது? 159  
 112. என் மகனின் வாழ்வில் தந்தை இல்லாத குறையை எவ்வாறு பூர்த்தி செய்வது? 160  
 113. முதிர்ச்சி இல்லாத ஒரே குழந்தையைச் சமாளிப்பது எவ்வாறு? 161  
 114. புது சூழ்நிலையில் பழக எங்கள் மகளுக்கு எவ்வாறு உதவலாம்? 161  
 115. எங்கள் தாம்பத்தியப் பிரச்சனை எங்கள் மகளைப் பாதிக்குமா? 162  
 116. என் மகனை எல்லாவற்றிலும் தூண்ட வேண்டியுள்ளது. என்ன செய்வது? 162  
 117. பெரியவர்களை என் மகன் மதிக்க நான் என்ன செய்யலாம்? 163  
 118. என் மகனின் தோல்வி மனப்பான்மையை மாற்ற என்ன செய்வது? 164  
 119. என் மகன் கறுப்பாக இருப்பதால் மற்றவர்களால் கேலி செய்யப் படுகிறான். நான் என்ன செய்ய வேண்டும்? 165  
 120. விளையாடும் போது சத்தமிடுகிற, திட்டுகிற ஒரு குழந்தையை எவ்வாறு சமாளிப்பது? 166  
 121. சாப்பிடும்போது என் மகளுக்கு ஒருமுறை மூச்சுத் திணறல் ஏற்பட்டது. அதிலிருந்து சாப்பிடவே பயப்படுகிறான். என்ன செய்வது? 167

பாலியல் கல்வி

122. என் குழந்தை கணினியில் பாலியல் படங்களைப் பார்ப்பதை எவ்வாறு தடுக்க முடியும்? 168

இதர பிரச்சனைகள்

123. ஒரு குழந்தைக்கு தன் பெற்றோரை விட மாமா, அத்தை போன்றோர் மேல் ஏன் ஈர்ப்பு அதிகம்? 169

### வளரிளம் பருவம்

பள்ளிப் பிரச்சனைகள்

124. கல்வியின் முக்கியத்துவத்தை என் உறவினர் மகனுக்கு உணர்த்துவது எப்படி? 172

125. மேல்படிப்பை சமாளிக்க என் மகனுக்கு எப்படி உதவுவது? 173

126. தேர்வு என்றால் எனக்குப் பயம். நான் என்ன செய்வது? 173

127. சினிமா மற்றும் நடிகர்-நடிகைகள் மேல் என் மகளுக்குள்ள ஆர்வம் அவளது படிப்பைப் பாதிக்குமா? 174

128. படிப்பில் கவனத்தை எவ்வாறு நான் அதிகரிப்பது? 174

129. என் மகன் பள்ளியில் கெட்ட வார்த்தைகள் பயன்படுத்துவது ஏன்? 175

நடத்தை / பழக்கவழக்கங்கள்

130. இணையத்தில் (இன்டர்நெட்) அரட்டையடிக்கும் பழக்கத்தைக் கைவிட என் மகளுக்கு எவ்வாறு நான் உதவ முடியும்? 176

131. என் மகன் தன் சகோதரியை எதிரியாக நடத்துவது ஏன்? 177

132. என் பெற்றோர் ஒப்பிட்டுப் பேசுவதை எவ்வாறு சமாளிப்பது? 178

133. வளரிளம் பருவத்திலிருக்கும் என் மகனுக்கு தன் தலைமுடியை பிடித்து இழுக்கும் பழக்கம் உண்டு. என்ன செய்யலாம்? 179

134. வளரிளம் பருவத்தில் உள்ள என் மகன் நண்பர்களை உருவாக்கிக் கொள்ள எப்படி உதவலாம்? 179

135. என் மகன் தன் ஆண் நண்பனுடன் பழகுவதை எவ்வாறு சமாளிப்பது? 180

### பிற்சேர்க்கை

1. பேச்சுத்திறன் கோளாறுகள் 182
2. கற்பதில் பிரச்சனைகள் 186
3. தொலைக்காட்சி பார்த்தல் 190
4. வளரிளம் பருவத்தினரின் ஆரோக்கியம் 194
5. தேர்வுகளை சமாளித்தல் 198
6. துணைநின்ற ஆதாரங்கள் 208