

# தேர்வும் தேர்ச்சியும்

முனைவர் வெ.சிவசங்கர், பேராசிரியர் & துறைத்தலைவர், தமிழ்த்துறை,  
வேல்ஸ் பல்கலைக்கழகம், பல்லாவரம், சென்னை. கைபேசி: +91 90474 73013

**ம**ணல்பாங்கான பகுதியில் உள்ள ஊற்றில் அல்லது கிணற்றில் எப்பொழுதும் தண்ணீர் இருக்கும். அதைத் தோண்டத் தோண்ட மேலும் தண்ணீர் வந்து கொண்டே இருக்கும். தண்ணீர் ஊறிக்கொண்டு இருக்கும் அதன் இயல்பை யாராவது திருட முடியுமா? அழிக்க முடியுமா? முடியாது. ஊறும் தன்மை இயற்கை யானது. அதை யாரும் அழிக்க முடியாது. கல்வியின் தன்மையும் அப்படிப்பட்டதே. எனவே தோண்டத் தோண்ட ஊறும் ஊற்றுக்கு ஒப்பாகக் கல்வியைக் கூறுகிறார் வள்ளுவர்.

ஒருவன் கற்ற கல்வி அவனுக்கு எப்பொழுதும் பயன்பட்டுக் கொண்டே இருக்கும். ஒருவன், கல்வியால் பெற்ற அறிவு அழிக்க முடியாத செல்வமாகும். கல்வி அழிக்க முடியாத ஒரு செல்வம் என்று வள்ளுவர் கூறிய கருத்து எவ்வளவு உண்மையானது! யதார்த்தத் தன்மை வாய்ந்தது! எண்ணிப் பாருங்கள்!

மகிழ்ச்சியோ, துன்பமோ, நாம் பார்க்கும் காட்சி அல்லது நிகழ்ச்சியால் தானே அமைகின்றது? இந்த அனுபவத்தை அல்லது நுகர்வை எது

வழங்குகிறது? கண். காலம்காலமாக அறிஞர்களும் சான்றோர்களும் தாம் கண்டவற்றையும், அவற்றின் அடியில் எழுந்த கருத்துக்களையும், கொள்கைகளையும், கண்டுபிடிப்புகளையும், அறிவுரைகளையும், இன்ன பிறவற்றையும் நம் புலனுக்குக் கொண்டு வருவது கல்வியே. இக்காரணம் கருதி,

வள்ளுவர், கல்வியைக் கண் என்கிறார். கண் போன்ற கல்வியை நம் குடும்பத்தின் சமுதாயத்தின் கண்ணாக விளங்கும் மாணவச் செல்வங்கள் கற்பதில் ஏற்படும் சிக்கல்களையும் அதற்கான தீர்வுகளையும் முன்வைத்து இக் கட்டுரை அமைகிறது.

உளவியல் அடிப்படையில் நோக்கினால் ஒரு சாதாரண மனிதன் தன் மனது ஒரு நிலையில் காணப்படும் போது தான் கற்கும் கல்வியின் பயன் முழுமையாகச் சென்றடையும் என நம்பப்படுகிறது. அவ்வாறான மனது பலவிதமான உளைச்சலுக்கு உள்ளானால் கற்றலும் கற்பித்தலும் அங்குப் பயனற்றதாகவும் சுமையானதாகவும் மாறி விடும். இவ்வாறான மன அழுத்தத்தை உண்டு பண்ணும் வழிகளைக் கண்டறிந்து அதனைச் சரிசெய்யும் தீர்வுகளை

**கேட்டார்ப் பிணிக்குந் தகையவாய்க் கேளாரும்  
வேட்ப மொழிவதாஞ் சொல். - குறள் 643**

இன்று மனைவி, மகன் மகள் அம்மா அப்பா மாமா அண்ணன் அக்கா மாமா அத்தை சித்தப்பா சித்தி நண்பர்கள் என அனைவரோடும் முகம் பார்த்துப் பேசிகலந்து உறவாடி மகிழவேண்டிய நாள். நான் பெரியவனா நீ பெரியவனா என்பதல்ல எல்லாவற்றையும் விட அன்பு பெரியது உறவு பெரியது பாசம் பெரியது. நீங்களே சென்று அண்ணா சௌக்கியமா அக்கா சௌக்கியமா மாமா சௌக்கியமா என்று கேட்டுப்பாருங்கள். அவர்கள் கண்கலங்க நம்மை அணைத்துக் கொள்வார்கள். கோளாறுகளால் நிறைந்துவிட்ட வாழ்வில் கேளாரும் வேட்ப மொழிவதாம் சொல்.

எத்தனை காலம் வாழப்போகிறோம் ஏன் இந்த ஈகோ. இன்று நாம் ஒன்றுபடுவோம் என்றென்றும் இனிய மகிழ்வோடு வாழ்ந்திடுவோம்.

முன்வைப்பதன் மூலம் மாணவர்களைச் சீரான பாதையில் வழிநடத்தலாம் என்பதே நமது நம்பிக்கை.

மார்ச் அல்லது ஏப்ரல் மாதம் என்றாலே தேர்வுக் காலமாகும். தேர்வுக் காலம் என்றவுடன் அதிகமாக மன உளைச்சலுக்கு ஆளாவது பத்து அல்லது பன்னிரண்டாம் வகுப்பில் பயிலும் மாணவர்கள் தான் எனப் பல ஆய்வுகள் தெரிவிக்கின்றன. பள்ளிப் பருவத்தில் மாணவர்கள் சந்திக்கும் முதல் பொதுத் தேர்விற்போது அவர்களுக்குப் பதற்றம் ஏற்படுவது இயல்பு. சிலருக்குப் பத்தாம் வகுப்புப் பொதுத் தேர்வின் போதும் அடுத்து வரும் பன்னிரண்டாம் வகுப்புப் பொதுத் தேர்விற்போதும் பதற்றமும், கவலையும் ஏற்படலாம். முதலில் இது இயல்பானதுதான் என்பதை மாணவர்கள் புரிந்துகொள்ள வேண்டும். இதைக் கடந்து தேர்வில் வெற்றி பெற முடியும் என்று நம்பிக்கை கொள்ள வேண்டும்.

தேர்வுக் காலம் நெருங்கும்போது தேர்வு தொடர்பான அளவு கடந்த

பயம், பதற்றம் ஏற்படும்போது சில அறிகுறிகள் தென்படுகின்றன. என் பதைக் கவனத்தில் கொள்ள வேண்டும். படிப்பில் கவனத்தைக் குவிக்க முடியாமல் இருப்பது, பரபரப்பாக இருப்பது (Restlessness), கவனக்குறைவு ஏற்படுவது, எதிர்காலம் குறித்த கவலை, தேர்வு முடிவுகள், அதிக மதிப்பெண் பெறுவது தொடர்பான அகீத பயம், விருப்பமான செயல்களில் ஈடுபாடு இல்லாமல் இருப்பது போன்றவை சில முக்கியமான அறிகுறிகளாகும். காலை எழுந்தது முதல் இரவு தூங்கும் வரை பல விதமான இன்னல்களைச் சந்திக்கும் மாணவர்கள் அதை யாரிடம் பகிர்ந்து கொள்ளவது என்று தெரியாமல் மனதுக்குள் வைத்துக் கவலையோ பயமோ கூடாது.

மனதில் பயம் எழும்போது உடலிலும் அதற்கான அறிகுறிகள் தென்படலாம். தலைவலி அல்லது தலை சுற்றல், கழுத்து வலி, உடல் சோர்வாக உணர்தல், எளிதில் களைப்படைதல், வயிற்று வலி, செரிமானக் கோளாறுகள்,



### தேர்வும் திட்டமிடலும்

கண் எரிச்சல், கை நடுக்கம் உள்ளிட்டவை உடல்நீதியான அறிகுறிகளாக வெளிப்படலாம். இந்த அறிகுறிகளை மாணவர்களே நீங்கள் உணர்ந்தால் பெற்றோரும், ஆசிரியரும் நண்பர்களும் உடனடியாக உங்களுக்கு உதவி செய்ய முன்வருவார்கள். கவலை கொள்ளாதீர்கள்.

இப்படித் தேர்வுக் காலத்தில் பதற்றம் வந்தால், 'இந்தப் பதற்றம் எல்லாருக்கும் இருக்கக்கூடியதுதான், எனக்கு மட்டும் வரக்கூடியது அல்ல. நான் நன்றாகப் படித்து இருக்கிறேன். நன்றாகத் தேர்வு எழுதுவேன்' என்கிற நம்பிக்கை வார்த்தைகளை எப்போதும் மனதுக்குள் சொல்லிக் கொள்ளுங்கள்.

#### தேர்வும் திட்டமிடலும்

##### நேர மேலாண்மை

தேர்வுக்குப் படிக்கும் போதும் அல்லது தேர்வு எழுதும் போதும் மாணவர்கள் கடைப்பிடிக்க வேண்டியது

நேர மேலாண்மையாகும். சான்றாக தேர்வில் ஒருகேள்விக்கு அதிக நேரம் செலவிடுவது மற்ற கேள்விகளுக்குப் போதிய நேரத்தை அளிக்காது, அவசரமாகத் தேர்வை எழுத வைக்கும். எனவே மதிப்பெண்களின் அடிப்படையில் உங்கள் நேரத்தைப் பிரித்துக் கொள்ளுங்கள். கேள்வியைச் சரியாகப் படித்து அதற்கு உரிய பதில்களையும் நேரத்தையும் திட்டமிடுங்கள்.

##### பதில்களை எழுதாமல் விடுதல்

சில மாணவர்கள் கடினமான கேள்விகளைத் தவிர்த்துவிட்டு, பின்னர் அவற்றுக்குப் பதிலளிக்க மறந்துவிடுகிறார்கள் அனைத்துக் கேள்விகளுக்கும் விடையளிக்க வேண்டும் என்பதை உறுதி செய்து கொள்ளுங்கள்.

##### சரிபார்க்க மறப்பது

பல மாணவர்கள், தேர்வை சீக்கிரமாக முடித்துவிட்டாலும், தங்கள் விடைத்தாளை மீண்டும் சரிபார்ப்ப



**வினாத்தாள்களை சரிபார்ப்பது.**

தில்லை. சிறிய எழுத்துப்பிழை, இலக்கணம் அல்லது கணக்கீட்டுப் பிழைகள் மதிப்பெண்களை இழக்க வைத்துவிடும். உங்கள் பதில்களை மதிப்பாய்வு செய்ய எப்போதும் 5-10 நிமிடங்கள் ஒதுக்குங்கள்.

#### **சில ஆலோசனைகள்**

- ❖ உங்களை மற்றவர்களுடன் ஒப்பிடும் தவறான ஒப்பீடுகளைத் தவிர்ப்பது நல்லது. உங்கள் முன்னேற்றம் மற்றும் வளர்ச்சியில் கவனம் செலுத்துங்கள்.
- ❖ தேர்வில் நீங்கள் சிறப்பாக செயல்பட முடியும் என்பதை உறுதி செய்து, உங்கள் நம்பிக்கையை அதிகரிக்கும் முடிவுகளில் கவனம் செலுத்துங்கள்.
- ❖ பயிற்சிக்குரிய வினாத்தாள்கள் மூலம் பயிற்சி செய்வதன் மூலம் தேர்வு வடிவத்துடன் உங்களைப் பழக்கப்படுத்திக்கொள்ளுங்கள்.

- ❖ ஐயம் ஏற்படும் பகுதிகள் இருந்தால் தேவைப்படும்போது ஆசிரியர்கள் உதவியை நாடுங்கள், அல்லது வகுப்புத் தோழர்களிடம் உதவி கேட்கத் தயங்காதீர்கள்.
- ❖ உங்கள் தன்னம்பிக்கையை அதிகரிக்கும் நேர்மறையான மனநிலையை வளர்த்துக் கொள்ளுங்கள் மற்றும் திட்டமிட்ட தெளிவான பயிற்சியின் மூலம் எதிர்மறையான எண்ணங்களுக்கு சவால் விடுங்கள்.
- ❖ உங்கள் நிம்மதியான உறக்கத்தை உறுதிசெய்யுங்கள், சத்தான உணவை உண்ணுங்கள் மற்றும் நல்வாழ்வை மேம்படுத்தும் உடல் செயல்பாடுகளில் ஈடுபடுங்கள் உங்களைக் கவனித்துக் கொள்ளுங்கள்
- ❖ இரவு நெடுநேரம் கண் விழித்துப் படிக்காமல் காலை எழுந்தவுடன் படிப்பு என்பதற்கு ஏற்ப விடியற்காலை எழுந்து படித்தல் என்பது பயன் கொடுக்கும்

- ❖ உங்களுக்கு மகிழ்ச்சியைத் தரும் நல்ல செயல்களில் ஈடுபடுங்கள் மற்றும் அன்பானவர்களுடன் தரமான நேரத்தை செலவிடுங்கள். சமநிலையைப் பராமரிக்கவும் மன அழுத்தத்தைக் குறைக்கவும் உங்களைக் கவனித்துக்கொள்வதற்கும் முன்னுரிமை கொடுங்கள்.
- ❖ உங்களுக்கான இலக்குகளை அமைத்துக் கொள்ளுங்கள், நீங்கள் ஏன் வெற்றிபெற விரும்புகிறீர்கள் என்பதை நினைவூட்டுங்கள், அது உங்கள் கல்விப் பயணம் முழுவதிற்கும் உந்துதலாக இருக்கும்.

### பெற்றோருக்கு

மாணவர்கள் தேர்வு நேரங்களில் மன அழுத்தத்திற்கு உள்ளாவதற்கான காரணத்தை பெற்றோர் சரியாகக் கண்டறிய வேண்டும். மன அழுத்தம் தூக்கமின்மை, பசியின்மை மற்றும் சமூக வாழ்க்கை போன்ற அவர்களின் இயல்பான நடவடிக்கைகளில் இடையூறு ஏற்படுத்துகிறதா என்பதை கவனிக்க வேண்டும்.

தேர்வுகளின் போது மாணவர்கள் தங்கள் எண்ணங்களை, உணர்வுகளை பகிர்கின்றனர் என்பதை பெற்றோர் கவனிக்க வேண்டும். தெளிவாகப் புரியும் படி எதிர்கொள்ளும் சிக்கல்களைச் சொன்னால் உதவ தயாராக இருப்பதை பிள்ளைகளிடம் பெற்றோர் வெளிப்படுத்த வேண்டும். ஒரு பொழுது போக்கான திரைப்படத்தைப் பார்ப்பதற்கே இடைவேளை தேவைப்படும்போது வாழ்க்கைப்பாதை அமைத்துத் தரும் படிப்பின் இடையே சில நிமிட ஓய்வு மாணவர்களைப் புதுப்பிக்கும் என்பதை நாம் உணர வேண்டும். இந்த ஓய்வு என்பது



மன அழுத்தத்தைத் தவிர்க்கவும்

சோம்பல் கிடையாது. அவர்களின் புலன்களை புதுப்பிக்க உதவும்.

தேர்வுகளின் போது அதில் மட்டுமே கவனம் செலுத்தாமல் இசை கேட்டல், நடனம் ஆடுதல், ஓவியம் வரைதல், அடிப்படை உடற்பயிற்சிகள் உள்ளிட்ட வற்றில் சிறிது நேரம் செலவழிக்கலாம். இதனால் மனம் ஓய்வாக இருக்கும். அதனால் மாணவர் மனதில் தெளிவு பிறக்கும்.

பள்ளிச் சூழலிலும் சரி குடும்பச் சூழலிலும் சரி நல்ல மதிப்பெண் எடுக்காவிட்டால் பெற்றோரின் கோபம், நிராகரிப்பு உள்ளிட்டவற்றை எதிர்கொள்ள நேரிடும் என்ற எண்ணம் காரணமாக மாணவர்களிடையே எழும் கவலைகள் அவர்களின் மனஅழுத்தம் அதிகரிக்க காரணமாகிறது. தவிர தேர்வில் வெற்றி பெறுவது மட்டுமே வாழ்க்கையில் வெற்றியை வரையறுக்கிறது என்று மாணவர்கள்

நினைத்துக் கொண்டிருக்கும் போது, நல்ல மதிப்பெண் பெறவில்லை என்றால் வாழ்வே போய்விடும் என்ற தவறான எண்ணமும் மாணவர்கள் மத்தியில் அதிக மனஅழுத்தத்தை ஏற்படுத்துகிறது.

மாணவர்களைக் கட்டாயப்படுத்தி ஓர் செயலைச் செய்விக்க வேண்டுமென நினைப்பது தவறாகும். தேர்வு நேரத்தில் மாணவர் மனம் மற்றும் உடல் நலம் மீது அன்பு கலந்த கண்ணோட்டத்துடன் கவனித்தாலே அவர்களுக்கு மன அழுத்தமோ வேறு எந்த சிக்கலுமோ வர வாய்ப்பில்லை என்கின்றனர் உளவியல் நிபுணர்கள்.

இன்றைய கல்வி மதிப்பெண்களை அடிப்படையாகக் கொண்டு மட்டுமே நிர்ணயிக்கப்படுகிறது. இதனால் மதிப்பெண்களைக் குறி வைத்து ஓடும் மாணவர்கள் நிர்ணயிக்கப்பட்ட இலக்கை எட்ட முடியாவிட்டால் மனதளவில் சுருங்கி போய்விடுகின்றனர். இதுவே அவர்களைத் தவறான முடிவுகளுக்கு தூண்டுகிறது. மாணவர்களே உங்கள் வகுப்பில் உள்ள முப்பது மாணவர்களும் முப்பது விதமான திறமைகளை உடையவர்கள். அவர்களின் சிந்தனைகள் ஒரே விதமாக இருக்க வாய்ப்பில்லை. எனவே மதிப்பெண்கள் அதிகமாக எடுப்பவன் அந் திறமைசாலி என்ற முடிவுக்கு வர முடியாது. அதே சந்தர்ப்பத்தில் குறைவான மதிப்பெண் எடுப்பவனை முட்டாள் எனவும் எடைபோட கூடாது. காரணம் இரண்டு மணி நேரத் தேர்வை மட்டும் அடிப்படையாகக் கொண்டு அவனது திறமைகளை எடை போட்டு விட முடியாது.

பெற்றோர்கள் தாங்கள் ஆசைப்பட்ட ஒன்றை தமது பிள்ளைகளை வைத்து

நிறைவேற்றி கொள்ள வேண்டும் என்ற ஆசையானது தற்காலத்தில் பிழையான ஒன்றாகவே காணப்படுகிறது. அனைவருக்கும் அனைத்து வகையான திறமைகளும் இருந்து விடப் போவதில்லை. ஒவ்வொரு மாணவனிடமும் தனித் தன்மை என்பது கட்டாயமாகக் காணப்படும். ஒருவனுக்கு ஏதாவது ஒரு துறையில் ஆர்வமும் திறமையும் இருந்தால் அவனுக்கென அத்துறை தொடர்பான மேலதிக உள்ளார்ந்த திறமைகளை வெளிக்கொணர வாய்ப்பை நிச்சயமாக ஒவ்வொரு மாணவனும் தானே ஏற்படுத்திக் கொள்வான். தான் விரும்புவதைச் செய்வதால் அதில் ஓர் வினைத் திறன் காணப்படும். இன்றைய சூழலில் பெற்றோர்கள் பொறியியல், சட்டம், மருத்துவம் போன்ற துறைகளை இலக்கு வைத்தே பிள்ளைகளை வளர்க்கின்றனர். இதுவும் அவர்களை மன உளைச்சலுக்கு ஆளாக்குகிறது இதனை நமது சமூகம் சற்று சிந்தித்துப் பார்க்க வேண்டும்.

அதைவிடக் குறிப்பாய் மெகாதொடர்களுக்கு சற்று ஓய்வு கொடுப்பதும் வரவேற்கத்தக்க ஒன்றாகும். இந்தச் சூழலில் தேர்வுக்குப் படித்துக்கொண்டிருக்கும் பிள்ளைகள் மத்தியில் கணவன் மனைவி குடும்ப விஷயங்கள், கடன் விவகாரம், அலுவலகப் பிரச்சனை, செல் போனில் மணிக்கணக்கான பேச்சுகள், இவைகளுக்குத் தடை வைப்பதும் வரவேற்கத்தக்க ஒன்றாகும். எனவே மாணவச் சமுதாயத்திற்கு பெற்றோர் ஆகிய நாம் வழிகாட்டிகள் என்பதை உணர வேண்டும்.

மாணவர்களே தேர்விலும் வாழ்விலும் வெற்றியடைய மனமார்ந்த வாழ்த்துகள்.

