

<https://ta.wikipedia.org/s/9c6>

விடலைப் பருவம் அல்லது வளரிளம் பருவம் (இலத்தீன்: *adolescere* : வளர்ச்சி நிலை) என்பது, மனிதருடைய உடல் மற்றும் உள வளர்ச்சிக் கட்டங்களில் சிறுவருக்கும், வளர்ந்தோருக்கும் இடைப்பட்ட ஒரு மாறுநிலைக் கட்டமாகும்.^{[1][2]} இப் பருவத்துக்கான வயதெல்லை எல்லாப் பண்பாடுகளிலும் ஒரே அளவாகக் கருதப்படுவதில்லை. பல காலமாகவே பருவமடைதல் என்பது விடலைப் பருவத்துடன் தொடர்புபடுத்தப்பட்டு வந்துள்ளது.^{[2][3][4][5]} அண்மைக் காலங்களில் பருவமடைதல் காலம் விடலைப் பருவத்துக்கு முன்னதாகவே தொடங்கி விடலைப் பருவத்துக்கு அப்பாலும் போவதைக் காணக்கூடியதாக உள்ளது..^{[3][6][7]} உலக சுகாதார நிறுவனம் விடலைப் பருவத்தை 10 வயதுக்கும் 19 வயதுக்கும் இடைப்பட்ட காலம் என வரையறை செய்துள்ளது.



விடலைப் பருவப் பெண்கள்.

பருவமாற்றங்கள்

- ஆண் : உடல் மாற்றங்கள் : உயரம்,எடை அதிகரிக்கும், தசைகள் வலுவடையும், தோள்கள் அகன்று காணப்படும், எண்ணெய் சுரப்பு அதிகம் ஆவதால் பருக்களும், சிறுகட்டிகளும் தோன்றும், வியர்வை மற்றும் உடல் நாற்றம் அதிகரிக்கும் , சோர்வு அதிகமாகக் காணப்படும் , இனப்பெருக்க உறுப்புகள் (விந்தகம்) வளர்ச்சியடையும்,குரல்வளை அகன்று கடினமாக மாறும்.
- பெண் : உடல் மாற்றங்கள் :உயரம்,எடை அதிகரிக்கும், இடுப்பு பெரிதாகி உடல் நெளிவு சுளிவுடன் கூடிய வடிவத்தைப் பெறும்,எண்ணெய் சுரப்பு அதிகம் ஆவதால் பருக்கள் தோன்றும், வியர்வை மற்றும் உடல் நாற்றம் அதிகரிக்கும்,சோர்வு அதிகமாகக் காணப்படும் , இனப்பெருக்க உறுப்புகள் (அண்டகம்) வளர்ச்சியடையும்,

குரல் மென்மையாக மாறும், மாதவிடாய் சுழற்சி ஆரம்பமாகும் ,மார்பகம் வளர்ச்சியுறும்.

பயன்பாடு

சமூகவியலில், விடலைப் பருவம் என்பது, ஒரு பண்பாட்டுத் தோற்றப்பாடாகவே கருதப்படுகிறது. இதனால் இதன் தொடக்கமும் முடிவும் உடல்ரீதியான எல்லைகளுடன் தொடர்புபடுத்தப்படுவது கடினமாக உள்ளது. இப்பருவம் சிறுவர் வளர்ந்தவர்களாக மாறும் ஒரு காலகட்டமாக அமைகிறது. இம் மாற்றம், உயிரியல், சமூகவியல் மற்றும் உளவியல் சார்பான மாற்றங்களை உள்ளடக்கியுள்ளது. இவற்றுள் உயிரியல் மாற்றங்களும், உளவியல் மாற்றங்களுமே இலகுவாக அளவிடப்படக் கூடியவையாகும்.

மேற்சான்றுகள்

- "Adolescence" (<http://www.merriam-webster.com/dictionary/adolescence>). Merriam-Webster. Retrieved May 9, 2012. **{{cite web}}: Italic or bold markup not allowed in: |publisher= (help)**
- "Puberty and adolescence" (<https://web.archive.org/web/20130403080324/http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/ency/article/001950.htm>). MedlinePlus இம் மூலத்தில் இருந்து (<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/ency/article/001950.htm>) April 3, 2013 அன்று பரணிடப்பட்டது.. <https://web.archive.org/web/20130403080324/http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/ency/article/001950.htm>. பார்த்த நாள்: July 22, 2014.
- "Adolescence" (<http://www.psychologytoday.com/basics/adolescence>). Psychology Today. Retrieved April 7, 2012. **{{cite web}}: Italic or bold markup not allowed in: |publisher= (help)**
- "The Theoretical Basis for the Life Model-Research And Resources On Human Development" (<https://web.archive.org/web/20210225222454/http://www.lifemodel.org/download/Model%20Building%20Appendix.pdf>) (PDF). Archived from the original (<http://www.lifemodel.org/download/Model%20Building%20Appendix.pdf>) (PDF) on 2021-02-25. Retrieved 2009-08-11.
- "PSY 345 Lecture Notes – Ego Psychologists, Erik Erikson" (https://web.archive.org/web/20101214063156/http://www.psychology.sunysb.edu/ewaters/345/2007_erikson/2006_erikson.pdf) (PDF). Archived from the original (<http://www.psychology.sunysb.edu/ewaters/345/>

2007_erikson/2006_erikson.pdf) (PDF) on 2010-12-14. Retrieved 2009-08-11.

6. Roberts, Michelle (2005-05-15). "Why puberty now begins at seven" (<http://news.bbc.co.uk/2/hi/health/4530743.stm>). BBC News. <http://news.bbc.co.uk/2/hi/health/4530743.stm>. பார்த்த நாள்: 2010-05-22.

7. Žukauskaitė S, Lašienė D, Lašas L, Urbonaitė B, Hindmarsh P (September 2005). "Onset of breast and pubic hair development in 1231 preadolescent Lithuanian schoolgirls" (<http://adc.bmj.com/content/90/9/932.full>). *Arch. Dis. Child.* 90 (9): 932–6.

doi:10.1136/adc.2004.057612 (<https://dx.doi.org/10.1136%2Fadc.2004.057612>). பப்மெட்:15855182 (<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/15855182>). பப்மெட் சென்ட்ரல்:1720558 (<http://www.pubmedcentral.gov/articlerender.fcgi?tool=pmcentrez&artid=1720558>). <http://adc.bmj.com/content/90/9/932.full>.

"https://ta.wikipedia.org/w/index.php?title=விடலைப்_பருவம்&oldid=3619188" இலிருந்து மீள்விக்கப்பட்டது