ಪ್ರತಿಬಿಂಬ

PRATIBIMBA –Multidisciplinary Kannada Research Journal of IIMRD
ISSN: 2582-2284
Vol-5 Issue 3, November-December, 2023, Pp. 40-43.
©*IIMRD*, Mysuru
www.iimrd.com

ಹದಿಹರೆಯ: ಬಾಲ್ಯ ಮತ್ತು ಯೌವ್ವನಾವಸ್ಥೆಗಳ ನಡುವಿನ ಸಂಕ್ರಮಣ ಕಾಲ

ಅನಸೂಯ ವೈ ಟಿ.*
*ಸಹಾಯಕ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕರು, ಕೆ.ಎಲ್.ಇ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಪಿ.ಸಿ. ಜಾಬಿನ ವಿಜ್ಞಾನ ಮಹಾವಿದ್ಯಾಲಯ, ಹುಬ್ಬಳ್ಳಿ.

ಸಾರಾಂಶ: (Abstract)

ಬಾಲ್ಯ ಮತ್ತು ಯೌವ್ವನಗಳ ನಡುವಿನ ಸಂಧಿಕಾಲವೇ ಹದಿಹರೆಯ ಅಥವಾ ಪ್ರಾಯ. ಇದರ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಒಂದು ನಿರಂತರ ಕ್ರಿಯೆ. ಆದರೂ, ಜೀವನ ಚಕ್ರದಲ್ಲಿ ಬಾಲ್ಯ, ಹದಿಹರೆಯ, ಯೌವ್ವನ, ಮಧ್ಯವಯಸ್ಸು, ವೃದ್ಧ್ಯಾಪ್ಯ ಎಂದೆಲ್ಲಾ ಹಂತಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಬಹುದು. ಕೇವಲ ಸಂಸ್ಕೃತಿಗಳಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು 'ಪ್ರಾಪ್ತವಯಸ್ಕರ' ನಡುವಿನ ಅಂತರ ಗುರುತಿಸಲು ಧಾರ್ಮಿಕ–ಸಾಮಾಜಿಕ ವಿಧಿಗಳು ಮತ್ತು ಸಂಸ್ಕಾರಗಳನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತಾರೆ. ಸಾಧಾರಣವಾಗಿ ಹದಿಹರೆಯ ಎಂದರೆ ಸುಮಾರು ಹತ್ತರಿಂದ ಹದಿನೈದು ವಯಸ್ಸಿನ ಅವಧಿ. ಪ್ರಸ್ತುತ ಈ ಲೇಖನದಲ್ಲಿ ಹದಿಹರೆಯ ಕುರಿತು ವಿವೇಚಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಮುಖ್ಯಪದಗಳು (Keywords): ಹದಿಹರೆಯ, ಕಿಶೋರಾವಸ್ಥೆ, ಕೌಮಾರ್ಯ, ಬಾಲ್ಯ ಮತ್ತು ಯೌವ್ವನ..

ಪೀಠಿಕೆ

ಬಾಲ್ಯ ಮತ್ತು ಯೌವ್ವನಾವಸ್ಥೆಗಳ ನಡುವಿನ ಅತ್ಯಂತ ಸುಂದರ ಸಂಕ್ರಮಣ ಅಥವಾ ಪರಿವರ್ತನೆಯ ಅವಧಿಯೇ ಈ ಹದಿಹರೆಯ. ಗೋಪಾಲ ಕೃಷ್ಣ ಅಡಿಗರು ತಮ್ಮ ವರ್ಧಮಾನ ಕವಿತೆಯಲ್ಲಿ ಹೇಳುವಂತೆ **"**ಪ್ರಾಯದ ಲಹರಿಗೆ ಯಾವುದು ತೀರ ಎಲ್ಲೆ ಎಲ್ಲಿ?**"** ಎನ್ನುವುದು ಹದಿಹರೆಯದವರ ಕುರಿತ ಕಾಳಜಿಯ ಬರಹವಾಗಿದೆ. ಚಿಲುಮೆಯಂತೆ ಚಿಮ್ಮುವ ಹೊಸ–ಹೊಸ ಆಸೆ, ಭಾವ, ಕನಸು, ಭರವಸೆಗಳನ್ನು ಹೊತ್ತು ಬದುಕುವ ಕಾಲವೇ ಕಿಶೋರಾವಸ್ಥೆ.

"ಹದಿನಾರರ ವಯಸ್ಸು ಹುಚ್ಚುಕೋಡಿ ಮನಸ್ಸು**"** ಎಂದು ಹಿರಿಯರು ಹೇಳುವಂತೆ ಹರೆಯದವರ ಮನಸ್ಸು ಚಂಚಲ. ಹದಿಹರೆಯ ಎನ್ನುವುದು ಬಾಲ್ಯ ಮತ್ತು ಪ್ರೌಢಾವಸ್ಥೆಯ ನಡುವಿನ ಸಂಕ್ರಮಣದ ಅವಧಿಯಾಗಿದೆ ಹಾಗೂ ಪರಿವರ್ತನೆಗಳ ಅವಧಿಯೂ ಹೌದು. ಹಾಗೆಯೇ ಭೌತಿಕ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಒಂದು ಪರಿವರ್ತನೆಯ ಹಂತವೂ ಆಗಿದೆ. ಹಾಗೂ ಲೈಂಗಿಕತೆಯಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಕೌತುಕವಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ ಹಪಹಪಿಕೆ, ತಹತಹಿಕೆಯೂ ಇರುತ್ತದೆ.

ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಬಾಳಿನ ಪಯಣದ ಪರ್ವಕಾಲವೆಂದರೆ ಅದು ಹರೆಯ ಅಥವಾ ತಾರುಣ್ಯಪೂರ್ಣ ಅವಧಿಯಾಗಿದೆ. ಇದನ್ನೆ ಕವಿಗಳು **"**ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಬದುಕಿನ ವಸಂತಕಾಲ**"**ವೆಂದು ಬಣ್ಣಿಸಿರುವರು. ಇದು ಸುಮಾರು 13 ಅಥವಾ 14 ವರ್ಷಗಳ ನಂತರದಿಂದ 16 ವರ್ಷಗಳ ನಡುವೆ ಕಂಡುಬರುವ ಇದನ್ನು ಇಂಗ್ಲಿಷಿನಲ್ಲಿ 'Teenage' ವೈದ್ಯಕೀಯ ಶಾಸ್ತ್ರದಲ್ಲಿ 'Adolescence' ಅಥವಾ ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ಕೌಮಾರ್ಯ ಅಥವಾ ಕಿಶೋರಾವಸ್ಥೆ ಎನ್ನುವರು.

Please cite this article as: *ಅನಸೂಯ ವೈ ಟಿ.* (2023). ಹದಿಹರೆಯ: ಬಾಲ್ಯ ಮತ್ತು ಯೌವ್ವನಾವಸ್ಥೆಗಳ ನಡುವಿನ ಸಂಕ್ರಮಣ ಕಾಲ. ಪ್ರತಿಬಿಂಬ: *ಮಲ್ಟಿಡಿಸಿಪ್ಲಿನರಿ ಕನ್ನಡ ರೀಸರ್ಚ್ ಜರ್ನಲ್ ಆಫ್ ಐಐಎಂಆರ್‌ಡಿ, 5(3). ಪು.ಸಂ.* 40–43

ಅಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಕಾಮಾತೀತನಾಗಿದ್ದ ವ್ಯಕ್ತಿ ಆಗ ಕಾಮಾಸಕ್ತನಾಗುವ ಕಾಲ. ಲ್ಯಾಟಿನ್ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಇದನ್ನು ಪೊಬರ್ಟಿ (ಹರೆಯ) ಎನ್ನುವರು. ಹರೆಯ ಎಂದರೆ ಬಾಲಕಿ ಹೆಣ್ಣಾಗುವ ಮತ್ತು ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಪಡೆಯುವ ಹಾಗೆಯೇ ಬಾಲಕ ಗಂಡಾಗುವ ಮತ್ತು ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಪಡೆಯುವುದು ಹಾಗೂ ಋತುಮತಿಯಾಗುವುದು.

ಸಿಗ್ಮಂಡ್ ಫ್ರಾಯ್ಡ್ ಅವರು ಹದಿಹರೆಯದವರನ್ನು ಕುರಿತು "ಸಂಕ್ಷೋಭೆ (ಚಂಚಲತೆ, ತಳಮಳ, ಕೊರತೆ, ಕೊರತೆಯಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಮನಸ್ಸಿನ ಉದ್ವೇಗ) ಮತ್ತು ಪ್ರಯಾಸಗಳ ಸಮಯ" ಎಂದು ಕರೆದ. ಎ.ಟಿ ಜರ್ಸಿಲ್ಡ್ ಅವರ ಪ್ರಕಾರ "ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ, ಭಾವನಾತ್ಮಕವಾಗಿ, ಸಾಮಾಜಿಕವಾಗಿ, ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಹುಡುಗಿ ಮತ್ತು ಹುಡುಗರು ಬಾಲ್ಯಾವಸ್ಥೆಯಿಂದ ವಯಸ್ಕರ ಅವಸ್ಥೆಗೆ ಸಾಗುವ ಅವಧಿಯೇ ಕಿಶೋರಾವಸ್ಥೆ" ಎನ್ನುವರು. ಸ್ಟೀನ್ಲಿ ಹಾಲ್ ಅವರ ಪ್ರಕಾರ ಹದಿಹರೆಯ ಎಂದರೆ "ಕಿಶೋರಾವಸ್ಥೆಯು ಅತೀ ಒತ್ತಡದ ಹಾಗೂ ಪ್ರಯಾಸದ ಅವಧಿಯಾಗಿದೆ" ಎಂದಿದ್ದಾರೆ.

ಮೆಡಿಸನ್ ಮತ್ತು ಜಾನ್ಸನ್ ಅವರ ಪ್ರಕಾರ ಹದಿಹರೆಯ ಎಂದರೆ "ದೈಹಿಕ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಲ್ಲಿನ ಲೈಂಗಿಕ ಪರಿಪಕ್ವತೆಯ ಸೂಚನೆಯಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗಿ, ವ್ಯಕ್ತಿ ವಯಸ್ಕ ಪಾತ್ರವನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಂಡು ತನ್ನ ಗುಂಪಿನಿಂದ ಅಂಗೀಕೃತಗೊಳ್ಳುವಿಕೆಯಿಂದ ಕೊನೆಗೊಳ್ಳುವ ಅವಧಿಯೇ ಕಿಶೋರಾವಸ್ಥೆ" ಎಂದಿದ್ದಾರೆ. ಬಿ.ಕುಪ್ಪುಸ್ವಾಮಿಯವರ ಪ್ರಕಾರ ಹದಿಹರೆಯ ಎಂದರೆ "ಕಿಶೋರಾವಸ್ಥೆಯು ಬಾಲ್ಯಾವಸ್ಥೆ ಮತ್ತು ವಯಸ್ಕರರ ನಡುವಿನ ಜೈವಿಕ ಸಾಮಾಜಿಕ ಬದಲಾವಣೆಯ ಅವಧಿಯೇ ಕಿಶೋರಾವಸ್ಥೆ" ಎಂದ್ದಿದ್ದಾರೆ. ಹ್ಯಾಡ್ ಫೀಲ್ಡ ಅವರ ಪ್ರಕಾರ ಹದಿಹರೆಯ ಎಂದರೆ ಬಾಲ್ಯಾವಸ್ಥೆಯ ಸಂರಂಕ್ಷಣಾ ಪರಿಸರವನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಸ್ವತಂತ್ರವಾಗಿ ತನ್ನ ಕಾಲ ಮೇಲೆ ತಾನು ನಿಲ್ಲುವ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಅವಧಿಯೇ ಕಿಶೋರಾವಸ್ಥೆ" ಎಂದಿದ್ದಾರೆ.

ಎರಿಕ್ ಸನ್ ಎನ್ನುವ ಮನೋವಿಶ್ಲೇಷಕ, ಪ್ರಾಯದವರನ್ನು ಕುರಿತು "ಹರೆಯದಲ್ಲಿ ನಾನಾರು? ನನ್ನ ಜೀವನದ ಉದ್ದೇಶಗಳೇನು? ನನ್ನ ಅನನ್ಯತೆಯೇನು ? ಮುಂತಾದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಪ್ರಬಲವಾಗುತ್ತವೆ" ಎಂದಿದ್ದಾರೆ. ಆತನ ಪ್ರಕಾರ, ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಎಂಟು ಅವಸ್ಥೆ ಅಥವಾ ಹಂತಗಳಿವೆ. ಒಂದೊಂದು ಹಂತದಲ್ಲಿಯೂ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ವಿಶಿಷ್ಟವಾದ ಸಂಘರ್ಷ ಅಥವಾ ಬಿಕ್ಕಟ್ಟು ಎದುರಾಗುತ್ತದೆ. ಅವನ್ನು ನಿವಾರಿಸಿಕೊಂಡಾಗ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ಆರೋಗ್ಯಕರವಾದ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಸಾಧ್ಯ ಎಂದಿದ್ದಾರೆ. ಈತನ ಪ್ರಕಾರ ಒಂಭತ್ತನೆಯ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳು ಪ್ರೌಢ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಅವಶ್ಯಕವಾದ ನೈಪುಣ್ಯತೆಯನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸಬೇಕಾತ್ತದೆ. ಹರೆಯದಲ್ಲಿ ತನ್ನತನವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವುದು ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಮುಖ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ನಿಲುವು, ತಮ್ಮದೇ ಆದ ಗುರುತನ್ನು ಸಾಧಿಸಿಕೊಳ್ಳದಿದ್ದರೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ತನ್ನ ಜೀವನವನ್ನೆಲ್ಲಾ ಗೊಂದಲ ಮತ್ತು ಅಸ್ತವ್ಯಸ್ತತೆಯಲ್ಲಿ ಕಳೆದುಹೋಗುತ್ತಾನೆ. ಹದಿಹರೆಯದವರು ಅನೇಕ ವಿಧಿವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ ತಮ್ಮ ಅನನ್ಯತೆ (Identity)ಯನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಈತನು ಹರೆಯದವರು ತಮ್ಮ ಬಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಸ್ಥಾನದ ಬಗ್ಗೆ ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆದು ಅನನ್ಯತೆ ಸಾಧಿಸುವ ಜೀವನ ಹಂತವನ್ನು ಅನನ್ಯತಾ ವಿಷಮಸ್ಥಿತಿ (Identity Crisis) ಎಂದು ಕರೆದ.

ಹಿಂದೆ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ 16ನೆಯ ವಯಸ್ಸಿಗೆ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಪ್ರಬುದ್ಧನಾದ ಎಂದು ಆತನಿಗೆ ಕೆಲಸ ಹಾಗೂ ಸಂಸಾರದ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ಹೊರಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಆಧುನಿಕ ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಪ್ರಸ್ತುತ ದಿನಮಾನಗಳಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು 30 ಅಥವಾ 35 ವರ್ಷಗಳಾದರೂ ಇನ್ನೂ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸ, ತರಬೇತಿ ಮುಂತಾದ ತಯಾರಿಗಳಲ್ಲಿಯೇ ಜೀವನ ಕಳೆಯುತ್ತಿದೆ. ಇದು ಒಮ್ಮೊಮ್ಮೆ 'ಸ್ವ–ಕಲ್ಪನೆ' ರೂಪುಗೊಳ್ಳಲು ಅಡಚಣೆ ಮಾಡಬಹುದು ಎನ್ನಲಾಗಿದೆ.

ತಲೆಮಾರುಗಳ ನಡುವಿನ ಅಂತರವೆಂದರೆ (Generation Gap) ಯುವ ಮತ್ತು ಹಿಂದಿನ ಪೀಳಿಗೆಯ ನಡುವೆ ಜೀವನಶೈಲಿ ಮತ್ತು ಮೌಲ್ಯಗಳಲ್ಲಿರುವ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಮಾರ್ಗರೇಟ್ ಮೀಡ್ ಎಂಬ ಮಾನವಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞೆ ಪ್ರಕಾರ "ಯುವ ಜನಾಂಗದ ಸಾಮಾಜಿಕ, ಚಾರಿತ್ರಿಕ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳು ಹಿಂದಿನವರಿಗಿಂತ ಸಹಜವಾಗಿ ಭಿನ್ನವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ವಿಭಿನ್ನ ವಾತಾವರಣಗಳಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುವ ಪೀಳಿಗೆಗಳ ನಡುವೆ ಭಿನ್ನಾಭಿಪ್ರಾಯ ಸಹಜ" ಎಂದಿದ್ದಾರೆ. ಅಥವಾ ಎರಿಕ್ ಸನ್ ಹೇಳುವಂತೆ "ಯುವಕರು ಮತ್ತು ಅವರ ಮಧ್ಯವಯಸ್ಸಿನ ಪಾಲಕರ ಜೀವನ ಸಂಘರ್ಷಗಳು ಬೇರೆ–ಬೇರೆಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಇಂತಹ ಘರ್ಷಣೆಗಳು ಉಂಟಾಗುತ್ತವೆ. ಪಾಶ್ಚಾತ್ಯ ದೇಶದ ಹರೆಯದವರಲ್ಲಿ ಏಡ್ಸ್ ರೋಗ ಪ್ರಬಲವಾಗುತ್ತಿದೆ. ಅವಿವಾಹಿತ ಶಾಲಾ ಬಾಲಕಿಯರು ತಾಯಿಯರಾಗುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಪಾಲಕರ ಮೌಲ್ಯಗಳನ್ನು ಯುವಜನ ತಿರಸ್ಕರಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಸ್ವಚ್ಛಂದ ಸಮಾಜ ಬೇಕು ಎಂಬ ಬಯಕೆಯೇ ಕಾರಣವೆನ್ನಬಹುದು".

ಮೇಲಿನ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಗಳನ್ನು ಅವಲೋಕಿಸಿದಾಗ ಬಾಲ್ಯ ಮತ್ತು ಯೌವ್ವನಗಳ ನಡುವಿನ ಸಂಧಿಕಾಲವೇ ಹದಿಹರೆಯ ಅಥವಾ ಪ್ರಾಯ. ಇದರ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಒಂದು ನಿರಂತರ ಕ್ರಿಯೆ. ಆದರೂ, ಜೀವನ ಚಕ್ರದಲ್ಲಿ ಬಾಲ್ಯ, ಹದಿಹರೆಯ, ಯೌವ್ವನ, ಮಧ್ಯವಯಸ್ಸು, ವೃದ್ಧಾಪ್ಯ ಎಂದೆಲ್ಲಾ ಹಂತಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಬಹುದು. ಕೇವಲ ಸಂಸ್ಕೃತಿಗಳಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು 'ಪ್ರಾಪ್ತವಯಸ್ಕರ' ನಡುವಿನ ಅಂತರ ಗುರುತಿಸಲು ಧಾರ್ಮಿಕ–ಸಾಮಾಜಿಕ ವಿಧಿಗಳು ಮತ್ತು ಸಂಸ್ಕಾರಗಳನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತಾರೆ. ಸಾಧಾರಣವಾಗಿ ಹದಿಹರೆಯ ಎಂದರೆ ಸುಮಾರು ಹತ್ತರಿಂದ ಹದಿನೈದು ವಯಸ್ಸಿನ ಅವಧಿ. ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ದೇಹದಲ್ಲಿ ನಾನಾ ರೀತಿಯ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಆಲೋಚನಾ ಶೈಲಿಯಲ್ಲಿ, ಭಾವನೆಗಳಲ್ಲಿ, ನಡೆ–ನುಡಿಗಳಲ್ಲಿ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳು ಮೂಡುತ್ತವೆ. ಈ ವಯಸ್ಸಿನವರನ್ನು ಕುಟುಂಬ ಮತ್ತು ಸಮಾಜ ನೋಡುವ ದೃಷ್ಟಿಯೂ ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇಂತಹ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಅಂತ್ಯಗೊಳ್ಳುವ ಹೊತ್ತಿಗೆ, ಇದುವರೆಗೂ ಮಗು ಎನಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದವರು ಯುವತಿ ಅಥವಾ ಯುವಕ ಎಂದೆನಿಸಿಕೊಳ್ಳುವರು.

ಪಿಟ್ಯುಟರಿ ಗ್ರಂಥಿ, ಹೆಣ್ಣು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ 10–11ನೆಯ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಗಂಡು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ 12–13ನೆಯ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಥೈರಾಯ್ಡ್ ಮತ್ತು ಜನನಗ್ರಂಥಿಗಳು ಸ್ರಾವವನ್ನು ಪ್ರಚೋದಿಸುತ್ತವೆ. ದೈಹಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಹಠಾತ್ತಾಗಿ ವೃದ್ಧಿಯಾಗಿ ಮಕ್ಕಳು ಒಂದೇ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು ಆರು ಇಂಚುಗಳಷ್ಟು ಎತ್ತರ ಬೆಳೆಯುವುದೂ ಉಂಟು. ಗಂಡು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಟೆಸ್ಟೋಸ್ಟೆರೋನ್ ಮತ್ತು ಹೆಣ್ಣು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಎಸ್ಟ್ರೋಜನ್ ಗಳು ಸ್ರವಿಸಲಾರಂಭಿಸುತ್ತವೆ. ಇದರಿಂದ ದೇಹ ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿಗೆ ತಯಾರಾಗುತ್ತದೆ. ಇದಾದ ಒಂದೆರಡು ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಣ್ಣು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಋತುಸ್ರಾವ ಪ್ರಾರಂಭವಾದರೆ ಗಂಡು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು 14 ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ಸಬಲವಾದ ವೀರ್ಯ ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರಾಯದವರಲ್ಲಿಯೂ ಹೀಗೆಯೇ ಇದೇ ವೇಳಾಪಟ್ಟಿಯ

ಪ್ರಕಾರ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಮಾರ್ಪಾಡು ನಡೆಯಬೇಕೆಂದೇನಿಲ್ಲ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಕೆಲವರು 8–9 ವರ್ಷಗಳಷ್ಟು ಬೇಗ, ಅಥವಾ 16–15 ವರ್ಷಗಳಷ್ಟು ತಡವಾಗಿ ದೈಹಿಕ ಪಕ್ವತೆ ಹೊಂದುವವರೂ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಅವರವರ ಅನುವಂಶೀಯತೆ, ಪರಿಸರ, ಇತ್ಯಾದಿ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು.

ಈ ಪ್ರಾಯದವರಲ್ಲಿ ದೈಹಿಕ ಮಾರ್ಪಾಡಿನ ಜೊತೆ–ಜೊತೆಗೆ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿಯೂ ಹರೆಯದವರು ಬೆಳೆಯುತ್ತಾರೆ. ಅಮೂರ್ತ ಕಲ್ಪನೆಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿ ಆಲೋಚಿಸುವುದನ್ನು ಈಗ ಸಾಧ್ಯ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಈ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ, ಪ್ರೀತಿ, ಆಕರ್ಷಣೆ, ನ್ಯಾಯ ಇತ್ಯಾದಿಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಬಹಳ ಆದರ್ಶಮಯ ಕಲ್ಪನೆಗಳು ಇರುವುದು ಸಹಜ. ಅಲ್ಲದೆ ತಾವು ಅಲೋಚಿಸುವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಇತರರೂ ಆಲೋಚಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂಬಂತಹ ಸ್ವ ಕೇಂದ್ರಿತ ಕಲ್ಪನೆಯನ್ನೂ ಕೂಡಾ ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ. ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಲೈಂಗಿಕ ಆಕರ್ಷಣೆ ಹೆಚ್ಚುವುದಲ್ಲದೇ ನಾಚಿಕೆ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಭಯ, ಅಳುಕೂ ಹೆಚ್ಚಾಗುವುದು. ಲೈಂಗಿಕ ಪ್ರೇರಣೆಯಿಂದ ಉಂಟಾದ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು, ಆಸೆಗಳನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪೂರೈಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಅವಕಾಶವಿಲ್ಲದಿದ್ದಾಗ ಹಸ್ತಮೈಥುನ ಮುಂತಾದವು ಅಭ್ಯಾಸವಾಗಬಹುದು.

ತಮ್ಮ ಸಹ ವಯಸ್ಸಿನವರ ಗೆಳೆತನ, ವೇಷ–ಭೂಷಣ, ನಡೆ–ನುಡಿ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಿಯವಾಗುತ್ತಾಹೋಗುತ್ತದೆ. ಆಗ ಹಿರಿಯ ಪೀಳಿಗೆಯೊಡನೆ ಅನೇಕ ವಿಷಯಗಳ ಬಗೆಗೆ ಭಿನ್ನಾಭಿಪ್ರಾಯಗಳು ಕಂಡುಬರುವುದು ಈ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಸರ್ವೇ ಸಾಮಾನ್ಯ. ಸಮ ವಯಸ್ಕರರ ಬಲವಂತದಿಂದ ಮೋಜಿಗಾಗಿ ಪ್ರಪ್ರಥಮ ಪ್ರಯೋಗವೆಂದು ಮಧ್ಯ–ಮಾದಕವಸ್ತು ಸೇವನೆ ಮಾಡುವ ಸಂಭವವು ಈ ಪ್ರಾಯದಲ್ಲಿಯೇ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕಂಡುಬರುವುದು. ಕುಟುಂಬದ ಅಥವಾ ಸಮಾಜದ ಕಟ್ಟುಪಾಡುಗಳು ಅಸಹನೀಯವೆನಿಸುವವು. ತಾಯ್ತಂದೆಯರ ಮೌಲ್ಯಗಳನ್ನು ಪ್ರಶ್ನಿಸುವುದು ಈ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಯೇ. ಹಾಗಾಗಿ ತಂದೆ ತಾಯಂದಿರು ಈ ವಯಸ್ಸಿನ ಮಕ್ಕಳ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮಾಡುವುದು ಅಗತ್ಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಪರಾಮರ್ಶನ ಗ್ರಂಥಗಳು

- ಚಂದ್ರಶೇಖರ್ ಸಿ.ಆರ್. (2018). ಹದಿಹರೆಯ ಮಾನಸಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು. ನವಕರ್ನಾಟಕ ಪಬ್ಲಿಕೇಷನ್, ಬೆಂಗಳೂರು.
- ಜುಬೇದಾ ನಾಯಕ್ (2022) ಹದಿಹರೆಯದ ಪ್ರೀತಿ. ಎಚ್ಎಸ್ಆರ್ಎ ಪ್ರಕಾಶನ, ಬೆಂಗಳೂರು.
- ಮಣಿಕರ್ಣಿಕಾ ಎಚ್.ಆರ್. (2013). ಮಹಿಳೆಯರ ಹದಿಹರೆಯದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಸವಾಲುಗಳು ಮತ್ತು ಪರಿಹಾರ. ಕುವೆಂಪು ಭಾಷಾ ಭಾರತಿ ಪ್ರಾಧಿಕಾರ.ಬೆಂಗಳೂರು.
- Rowe, S., French, R., Henderson, C., Ougrin, D., Slade, M., & Moran, P. (2014). Help-seeking behaviour and adolescent self-harm: A systematic review. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, *48*(12), 1083–1095.
- Verma, S., Saraswathi, T. S., Sharma, D., Rana, K., & Dutta, J. (2002). *Adolescence in India: an Annotated Bibliography*.