மனித நடத்தைகள்
தரம் 5



திருமதி. எஸ். நிரஞ்சனாதேவி
க/ஸ்ரீ சண்முகா ஆரம்ப வித்தியாலயம்
கலஹா
0773935060

www.keau.lk

மனிதனின் அடிப்படைத் தேவைகள்

காற்றோட்டம்
நீர்
உணவு
உடை
பாதுகாப்பு
வீடு









www.lkedu.lk

மனிதனின் அடிப்படை தேவை அல்லாதது

வானொலி
தொலைக்காட்சி
தொலைபேசி
கணனி
கட்டடங்கள்
போக்குவரத்து



அடிப்படை தேவைகள் என்பது எமக்கு மிகவும் அவசியமானவை பொதுவாக அவை இல்லையெனின் எம்மால் எமது அன்றாட கடமைகளை செய்ய முடியாது போகலாம் எனவே நாம் அடிப்படைத் தேவைகளுக்கு முக்கியத்துவம் வழங்க வேண்டும்



www.lkedu.lk

சில வேளைகளில் நாம் தேவையற்ற பொருட்களை தேவையானவை என கருதுகின்றோம் இது முற்றிலும் தவறாகும் . அடிப்படை அல்லாத தேவைகளை நாம் முடிந்த அளவு குறைத்துக் கொள்ளுதல் சிறந்தது







நாம் உணவை வீண் விரயமாகும் சந்தர்ப்பங்கள் சிலவற்றை பார்ப்போம்





திருமண நிகழ்வுகள்
அன்னதான நிகழ்வுகள்
பல்வேறு வைபவங்கள்
விருந்து உபசாரங்கள்



நாம் எந்த ஒரு சந்தர்ப்பத்திலும் எமக்கு உண்ணக்கூடிய அளவு உணவை மாத்திரமே பகிர்ந்து எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும் எப்போதும் உணவை வீண் விரயம் செய்யாமல் பார்த்துக் கொள்வது எமது கடமையாகும்



மனம் வலித்த புகைப்படம்..!



உணவை வீண்விரயம்
செய்யாதீர்..!



உலகில் ஒவ்வொரு ஆண்டும்
பல்லாயிரம் கணக்கானோர் உணவின்றி
இறப்பதை நாம் கேள்விப் படுகின்றோம்
நாம் உணவை வீண் விரயம் செய்யாமல்
இருப்போம் ஆனால் பல உயிர்களை
எம்மால் காப்பாற்ற முடியும்

நீங்கள் சாப்பிடும் உணவில்
உங்கள் பெயர் உள்ளதா
என்று தெரியவில்லை...!!



ஆனால்..! நீங்கள் வீணாக்கும்
உணவில் அடுத்தவர் பசி
உள்ளது.
"உணவை வீணாக்காதீர்கள்"

எம்மிடம் காணப்பட வேண்டிய நல்ல பண்புகள்

www.ikeu.ik

பெற்றோருக்கு கீழ்படிதல் |
ஆசிரியருக்கு கீழ்ப்படிதல்
பெரியோருக்கு மரியாதை செய்தல்
பிறருடன் மரியாதையாக பேசுதல்
எப்போதும் புன்னகைத்தல்
பிறருக்கு உதவுதல்
அன்புடன் உரையாடுதல்
நோயாளிக்கு உதவுதல்.

www.tkadu.lk

பிறருடன் உரையாடும் போது நாம் கவனிக்க வேண்டியவை

மரியாதையாக பேசுதல்
அமைதியாக கேட்டல்
குறுக்கிடாமல் இருத்தல்
கோபம் ஏற்படாதவாறு பேசுதல்
இதமான குரலில் பேசுதல்

www.ike.lk

எம்மிடம் காணப்படும் நடத்தைகள்

தாழ்வான நடத்தை
மூர்க்கத்தனமான நடத்தை
உறுதியான நடத்தை



www.ikedu.lk





தாழ்வான நடத்தையால் ஏற்படும் விளைவுகள்

சுகௌரவம் பாதிக்கப்படும்.
எனக்கு ஏற்படும் தீமைகள் என்னாலும் தொடரும்
தவறுகளைத் திருத்த முடியாமல் போகும்.
சவால்களுக்கு முகம் கொடுக்க முடியாமல் போகும்
எம்மை கோழைகள் என நினைப்பார்கள்.

www.ikeau.lk

மூர்க்கத்தனமான நடத்தையால் ஏற்படும் விளைவுகள

பிரச்சினைக்கு தீர்வு காண்பது கடினம்
மன அமைதி ஏற்படாது
சண்டைகள் நடக்கலாம்
நல்லுறவு பாதிக்கப்படும்
பிரச்சினைகள் உருவாகலாம்.

www.ikedu.lk

உறுதியான நடத்தையால் ஏற்படும் நன்மைகள்

உடனடி தீர்வு கிடைக்கும்
நல்லுறவு ஏற்படும்
நல்ல மனப்பாங்கு வளரும்
விட்டுக்கொடுத்து வாழலாம்
சுயமரியாதை பாதுகாக்கப்படும்
புரிந்துணர்வுடன் பழகும் வாய்ப்பு ஏற்படும்

www.ikeau.lk