

தாக்கும் நடத்தையை நிறுத்துவதற்கான 10 உதவிக்குறிப்புகள்

NEWCOMER
PARENT
RESOURCE
SERIES

சிறுவர்கள் தாக்கும் மனப்பான்மையுடன் இருக்கும் போது அமைதியாக எதிர்வினையாற்றுவது சவாலானதாக இருக்கலாம், இருந்தாலும், அவர்களுக்குத் தெரிந்த அந்த ஒரே ஒரு வழியில்தான் முரண்டு பிடிக்கும் இளம் பிள்ளைகள் தங்களை வெளிப்படுத்துகிறார்கள் என்பதை நினைவுவைத்திருப்பது முக்கியமாகும்.

தாக்குதல் நடவடிக்கைகளுக்கு அமைதியாகவும் ஒரேமாதிரியாகவும் எதிர்வினையாற்றுவதற்குக் கீழுள்ள பத்து உதவிக்குறிப்புகளும் உங்களுக்கு உதவ முடியும். உங்களுடைய பிள்ளையின் நடத்தைக்கு நீங்கள் வழிகாட்டும்போதும் எல்லைகளை வகுக்கும்போதும் அன்பாகவும் அமைதியாகவும் பொறுமையாகவும் இருப்பதன் மூலம் உங்களுடைய பிள்ளை பாதுகாப்பையும் பத்திரத்தையும் உணர்வதற்கு நீங்கள் உதவிசெய்ய முடியும். காலப்போக்கில் தாக்குதல் நடவடிக்கை நடக்காமலேயே நீங்கள் தவிர்க்கக்கூடியதாக இருக்கலாம்.



1. உங்களுடைய பிள்ளையினால் என்ன செய்ய முடியும் மற்றும் என்ன செய்ய முடியாது என்பதைப் பற்றி உண்மையான எதிர்பார்ப்புகளைக் கொண்டிருங்கள். சுய கட்டுப்பாட்டைப் பிள்ளைகள் படிப்படியாகக் கற்றுக்கொள்ள வேண்டும் என்பதை விளங்கிக்கொள்ளுங்கள்.
2. அவருடைய தாக்குதல் நடவடிக்கைகளை எப்படி நீங்கள் கையாளப் போகிறீர்கள் என்பது பற்றிய தெளிவான திட்டமொன்றை வைத்திருங்கள்.
3. தான் செய்த விடயம் தீங்குவிளைவிப்பது என்பதை உங்களுடைய பிள்ளை அறிந்திருப்பதை உறுதிப்படுத்துங்கள். (உ+ம். அடிப்பது நோக்கச் செய்யும்)
4. தான் விரும்பியதை அல்லது தனக்குத் தேவையானதைப் பெற்றுக்கொள்வதற்கு உங்களுடைய பிள்ளை வேறு என்ன செய்யலாம் என்பதைக் கற்பியுங்கள். அவரின் முயற்சிகளைப் பாராட்டுங்கள்.
5. நீங்கள் விரும்பும் நடத்தையைச் செயலில் காட்டுங்கள். அவர் நடக்கவேண்டுமென நீங்கள் விரும்பும் விதத்தைச் உங்களுடைய பிள்ளைக்குச் செய்து காட்டுங்கள்.

6. உங்களுடைய பிள்ளையுடன் நேரத்தைச் செலவழியுங்கள். நீங்கள் செய்யும் வேலைகளில் உங்களுடைய பிள்ளையையும் சேர்த்துக்கொள்ளுங்கள். தொலைக்காட்சியையும் கைத்தொலைபேசியையும் அணையுங்கள். அப்படியானால் ஒன்றாக இருப்பதில் நீங்கள் மகிழ்ச்சியடைய முடியும்.
7. உங்களுடைய பிள்ளை மிகுந்த உற்சாகமாக அல்லது களைப்பாக இருக்கும்போது உடலரீதியான செயல்பாடுகளைக் குறையுங்கள்.
8. நீங்கள் எந்த நடத்தையை எதிர்பார்க்கிறீர்கள் என்பதில் மாறாமலிருங்கள் ஆனால் உங்களுடைய பிள்ளைக்குக் களைப்பாக, பசியாக அல்லது பதட்டமாக இருக்கும்போது கொஞ்சம் விட்டுக்கொடுங்கள்.
9. ஒவ்வொரு நாளும் நேர்மறையான உடலரீதியான செயற்பாடுகளுக்கான நேரத்தைக் கண்டறியுங்கள் (உ+ம். ஓடுதல், குதித்தல், ஏறுதல், ஆடுதல், உருளல்).
10. உங்களுடைய பிள்ளை என்னதான் நடத்தையைக் காட்டினாலும் அவருடன் அமைதியாக, மென்மையாக, நேர்மறையாக மற்றும் அன்பாக இருங்கள்.

பன்மொழி பேசும் பெற்றோருக்கான மேலதிக தகவல்களுக்குப் பார்வையிடுங்கள் cmascanada.ca/cnc/parents



SUPPORTING CHILD CARE IN THE SETTLEMENT COMMUNITY / SOUTIEN DE LA GARDE DES ENFANTS DANS LA COMMUNAUTÉ DE RÈGLEMENT

Funded by: Immigration, Refugees and Citizenship Canada / Financé par : Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada