

பிரீடின் குழந்தைகளைப் புரிந்துகொள்ளுதல்

# சுதந்திரம்

பிரீடின் என்பது 10 வயது முதல் 12 வயதில் இருக்கும் குழந்தைகளைக் குறிக்கும். பல மாற்றங்கள் குழந்தைகளிடம் வரும் பருவம் இது. ஒவ்வொரு குழந்தையும் தனித்தன்மை வாய்ந்தது. கீழே குறிப்பிடப்பட்ட சில யோசனைகளில் இருந்து உங்கள் குழந்தைகளின் தனிப்பட்ட குணங்களுக்கு ஏற்றவற்றை முயலவும்

இது சுதந்திரமாய்  
விட்டு,  
விளைவுகளை  
அலசி தேவையான  
தருணத்தில் சிறிது  
பின்னோக்கி  
இழுக்கும் பருவம்

பிரீடின் என்ற நிலை குழந்தை, பெற்றோர் இருவருக்குமே குழப்பம் ஏற்படுத்தும் கடுமையான காலம். சுதந்திரமாய் அவர்கள் இருக்க விரும்பினாலும், முழு சுதந்திரம் தரமுடியாத காலம். சுதந்திரம் கொடுத்து அதே சமயம் குழந்தைகளின் செயல்களில் கட்டுப்பாடோடும் வேண்டும் என சிவை இரண்டுக்கும் இடையே சமநிலையில் இருக்க பெற்றோர்கள் போராடுவதுண்டு



THE PSYCHOLOGY  
FOUNDATION OF  
CANADA  
LA FONDATION DE  
PSYCHOLOGIE DU  
CANADA

## உங்களால் எப்படி குழந்தைகளோடு இணைந்து அவர்களுக்கு உதவ முடியும்



"என் மகன் நண்பர்களோடு திரைப்படம் செல்ல விரும்பினான். அவர்கள் வயது அதற்கேற்ப இல்லை என நான் நினைத்தேன். மற்றொரு பெற்றோரோடு பேசி நான் அவர்களை அழைத்துச் செல்லவும், அவர்கள் திரும்ப அழைத்து வரவும் முடிவு செய்தோம். எனது மகனுக்கு தன் நண்பர்களோடு சேர்ந்து திரைப்படம் பார்த்த மகிழ்ச்சி கிடைத்தது"

### 1. பாதுகாப்பு பற்றி பேசுதல்

பாதுகாப்பு பற்றி சொல்ல வேண்டும். சுதந்திரம் அளிப்பதற்கு முன்பு பாதுகாப்பை பற்றிச் சொல்ல வேண்டும். (உ.தா) கணினி, நண்பர்களுடன் பயணம் செய்யும் போது மற்றும் பள்ளியில் மற்றும் பல) எவ்வாறு பாதுகாப்பாக இருக்க வேண்டும் என்று கற்றுத்தர வேண்டும். சட்டதிட்டங்களை புரிய வைப்புகள். (உ.தா) திட்டமிடும் முன் அனுமதி கேட்பது, பள்ளிக்கு நண்பர்களுடன் செல்லுதல் மற்றும் பல) இதனால் நாமும் சௌகரியமாக இருப்பதை உணரலாம்.

### 2. படிப்படியாக செல்லுதல்

குழந்தை வளர்ச்சியின் ஒவ்வொரு நிலையிலும் அவர்களுக்கு எந்த அளவிற்கு சுதந்திரம் தர வேண்டும் என்ற எண்ணம் கொள்ளுங்கள். (உ.தா) பள்ளியிலிருந்து தனியாக வருவது, செல்லப்பிராணிகளுக்கு உணவு அளித்தல் மற்றும் வீட்டில் சிறு சிறு வேலைகள் புரிதல். அவ்வாறு செய்யும்போது அவர்களது திறனை அறியலாம்.

### 3. ஒருமித்து முடிவெடுத்தல்

உங்கள் குழந்தை அதிக சுதந்திரம் எதிர்பார்க்கும் பொழுது (உ.தா) நண்பர் வீட்டிற்கு செல்லுதல்) பல கேள்விகளை கேட்கலாம், எவ்வாறு செய்வாய்? ஆபத்து நேர்ந்தால் எப்படி எதிர்கொள்வாய். இறுதி முடிவு உங்களுடையதாக இருக்கட்டும்.

### 4. கவனியுங்கள், வளைந்து கொடுங்கள் ஆனால் கவனமாக இருங்கள்

சில நேரங்களில் குழந்தைகளின் செயல்களுக்கு நீங்கள் எடுக்கும் முடிவுகளை கண்டு அவர்கள் காரணம் கேட்கலாம். மேலும், நீங்கள் அவர்களது நண்பர்கள் வீட்டில் நடப்பதை விட, பாரபட்சமாக நடப்பதாகவும் எண்ணுவார்கள். ஒவ்வொரு குழந்தையும், ஒவ்வொரு குடும்பமும் மாறுபட்டது என்பதை குழந்தைகள் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். அதே நேரத்தில் குழந்தைகள் உங்களது கட்டுப்பாடுகளுக்கு பணிந்து இருப்பதே நீங்கள் எதிர்பார்க்கிறீர்கள் என்பதை உணர்த்துங்கள். அதேசமயம், எப்பொழுது முடியுமோ அப்பொழுது வளைந்து கொடுங்கள். உங்களது காரணங்கள் அவர்களுக்கு அர்த்தமுள்ளதாக இருக்கும்.

### 5. பிற பெற்றோர்களுடன் கலந்துரையாடுங்கள்

நாம், பிற பெற்றோர்களுடன் கலந்துரையாடுவதால் அவர்கள் எவ்வாறு இவ்வயதில் சுதந்திரமாக செயல்படக்கூடிய குழந்தைகளை எதிர்கொள்கிறார்கள் என்பதை தெரிந்து கொள்ள உதவியாக இருக்கும். மற்றவர்களுடன் கலந்துரையாடுவதால் அவை பல நல்ல குறிப்புகளையும், சிந்தனைகளையும் தரும். குாபகம் இருக்கட்டும், உங்களது குழந்தை அதிக பொறுப்புகளை அறிந்துகொள்கிறார்கள். குழந்தைகள் வளர்ந்த பின்பு வாழ்க்கையில் பல சவால்களை வெற்றிகரமாக கையாளுவதற்கு தயாராகி விடுவார்கள்.

### உதவி தேவையா?

[psychologyfoundation.org/pdf/publications/youAndYourPreteen\\_eng.pdf](http://psychologyfoundation.org/pdf/publications/youAndYourPreteen_eng.pdf) ஐ அணுகுங்கள் அல்லது உங்கள் குடும்ப மருத்துவர், உள்ளூர் பொது மருத்துவ நிலையத்தை அல்லது பள்ளி வழிகாட்டு உறுப்பினரை அணுகுங்கள்

### மேலும் விவரங்கள் வேண்டுமா?

[psychologyfoundation.org](http://psychologyfoundation.org) க்குச் சென்று The Psychology Foundation of Canada வழங்கும் நிகழ்வுகள், தகவல்கள் பற்றி அறியுங்கள்



^ygreen shield Canada\*

