

அன்பார்ந்த பெற்றோரே / பாதுகாப்பாளரே

பயங்கரவாதத் தாக்குதலையும், அதற்குத் தயார்ப்படுத்திக் கொள்ளவேண்டிய அவசியத்தையும் பற்றி உங்கள் பிள்ளையுடன் கலந்துரையாட இந்தக் கதைப்புத்தகத்தை நீங்கள் பயன்படுத்தலாம்.

இந்த விவகாரங்கள் பற்றி உங்கள் பிள்ளையிடம் நீங்கள் பேசுவது முக்கியம். உங்கள் பிள்ளை தனது உணர்வுகளைச் சமாளிக்க ஆதரவாக இருங்கள். அப்போதுதான், உங்கள் பிள்ளை வாழ்க்கையை எவ்விதப் பயமுமின்றித் தொடர்ந்திட முடியும். உங்கள் பிள்ளையிடம் பேசுவதற்கு முன்பாக முதலில் உங்களைத் தயார்ப்படுத்திக் கொள்ளுங்கள்.

நெருக்கடிநிலைக்கு உங்கள் பிள்ளையை / உங்கள் பாதுகாப்பில் வளரும் பிள்ளையைத் தயார்ப்படுத்துவதற்கான வழிமுறைகள்:

- பயங்கரவாதத் தாக்குதல் பற்றி என்ன எண்ணுகிறார் என்று உங்கள் பிள்ளையிடம் கேளுங்கள்.
 - நம்பிக்கையளிக்கும் ஊடகச் செய்திகளில் கவனம் செலுத்துங்கள் (எ.கா. துணிவுடன் உதவியவர்கள்). பொதுப்படையான அச்சங்கள் ஏற்படுவதைத் தவிர்க்க, உங்கள் பிள்ளையிடம் பயங்கரவாதத்தின் கோரக் காட்சிகளைக் காட்டவோ தாக்குதல்காரர்களின் இயல்புகளை எடுத்துக்கூறவோ வேண்டிய அவசியம் இல்லை. இச்சம்பவங்கள் அரிதாகவே நடக்கின்றன என்பதை விளக்குவது முக்கியம். ஒரு சம்பவத்திற்குப் பிறகு சமூக ஊடகப் பயன்பாட்டைக் கண்காணித்திருங்கள் அல்லது கட்டுப்படுத்துங்கள்.
 - உங்கள் பிள்ளைக்கு எழும் ஐயப்பாடுகளைக் கேட்டறிய அனுமதியுங்கள்.



- இதே போன்ற சம்பவங்கள் அவருக்கு நடந்தால் என்ன செய்வார் என உங்கள் பிள்ளையிடம் கேளுங்கள்.
 - o உங்கள் பிள்ளை சொல்வதைக் காதுகொடுத்துக் கேட்டு, தைரியம் அளித்து, ஆறுதல் கூறுங்கள்.
 - o உங்கள் பிள்ளையின் உணர்வுகளை ஏற்றுக்கொண்டு உறுதிப்படுத்துங்கள். “உனக்குக் கவலையாக/பயமாக இருப்பதுபோல் தெரிகிறது”, “இத்தகைய உணர்வு இயல்பானதே” போன்ற சொற்றொடர்களைப் பயன்படுத்துங்கள்.
 - o குடும்பத்தின் அன்றாட வாழ்க்கையில் எந்த இடையூறும் ஏற்படாது என உங்கள் பிள்ளைக்கு உறுதியளித்தீடுங்கள். உதவி புரியவும் மற்றவர்களைப் பாதுகாக்கவும் அரும்பாடுபடும் நல்லவர்களும் (எ.கா. காவல்துறையினர், தீயணைப்பாளர்கள், மருத்துவர்கள், தாதிகள், ஆசிரியர்கள்) இருக்கிறார்கள் என உங்கள் பிள்ளையிடம் சொல்லி மனதைரியத்தை வளர்த்தீடுங்கள்.
- பயங்கரவாதத் தாக்குதல் நேரும்போது பாதுகாப்பாக இருப்பது எப்படி என்பது பற்றி உங்கள் பிள்ளையுடன் கலந்து பேசுங்கள்.
 - o பயங்கரவாதத் தாக்குதலின்போது என்ன செய்வது என்பதைப் பெற்றோர்களும் பாதுகாப்பாளர்களும் அறிந்திருப்பது முக்கியம். SGSecure பாதுகாப்புத்திட்ட ஆலோசனைகளான “ஓடு, ஒளிந்துகொள், தெரியப்படுத்து” (பக்கங்கள் 15-23), “அழுத்து, கட்டு, தெரியப்படுத்து” (பக்கம் 21) ஆகியவற்றை உங்கள் பிள்ளையுடன் சேர்ந்து பயிற்சி செய்யுங்கள்.



- o உங்கள் பிள்ளை பெரியவர் ஒருவரின் பாதுகாப்பில் இருந்தால், பாதுகாப்பாக இருக்க அவருடைய உதவியை நாடச் சொல்லுங்கள். மாறாக, உங்கள் பிள்ளை தனித்து இருந்தால், பாதுகாப்பான இடம் ஒன்றைத் தேடி அங்கேயே இருக்கச் சொல்லுங்கள்.
- o சுவாச உத்தியைப் (பக்கம் 25) பயன்படுத்தி நிதானமாக இருக்க உங்கள் பிள்ளையுடன் பயிற்சி செய்யுங்கள்.
- o உங்கள் பிள்ளை பாதுகாப்பாக இருக்கும்போது, உதவி தேவைப்படும் மற்றவர்களுக்கு உதவி செய்யலாம்.

- உங்கள் பிள்ளைக்குப் பயமாகவோ மனக்கலக்கமாகவோ இருந்தால், தயங்காமல் உங்களை நாடி வரச் சொல்லுங்கள். பிறரிடம் அன்பும் அக்கறையும் காட்டுமாறு உங்கள் பிள்ளைக்கு ஊக்கமளியுங்கள்.
 - o பக்கங்கள் 42-43-இல் உள்ள விவரங்களைப் பயன்படுத்தி, பேரதிர்ச்சியும் மன உளைச்சலும் குறித்த அறிகுறிகள் பற்றிப் பகிர்ந்துகொள்ளுங்கள்.
 - o உதவி நாடுவது மனதாரியத்தின் அறிகுறி என அறிவுறுத்துங்கள். நம்பிக்கைக்குரிய பெரியவர்களின் தொடர்பு விவரங்களை உங்கள் பிள்ளையிடம் கொடுத்து வையுங்கள்.
 - o நண்பர்கள் துன்பத்தில் இருக்கிறார்களா என்பதைக் கவனித்து, பள்ளியில் அல்லது வீட்டில் நம்பிக்கைக்குரிய பெரியவரிடம் உதவிபெற செய்திடுமாறு உங்கள் பிள்ளைக்கு ஊக்கமளித்திடுங்கள்.