

மேற்குறிப்பிட்டவற்றில் ஏதாவது ஒன்றை

அவதானித்தால் உங்கள் பிள்ளையை

அதில் இருந்து காப்பாற்ற கீழ் காணும்

வழிகள் உதவலாம்.

- ★ உங்கள் பிள்ளைகளிடம் வயதிற்கு உகந்த விடயங்களை பற்றி பேசுங்கள். இது உங்களுக்கும் உங்கள் பிள்ளைக்கும் இடையில் நல்லுறவை ஏற்படுத்தும்.
- ★ உங்கள் பிள்ளை நிகழ்நிலை வன்முறையில் பாதிக்கப்பட்டு இருந்தால் அவரது உணர்வு மற்றும் உள வேதனையை பற்றி கவனத்தில் கொள்ளுங்கள். அவர்களை தூற்றி, குற்றம்சாட்டி, கடுமையாக கண்டிக்காமல் உளநல ஆலோசகர் ஒருவரின் உதவியை நாடுங்கள்.
- ★ நிகழ்நிலையில் பாதுகாப்பை உறுதிப்படுத்த செயலிகள் மற்றும் கருவிகளில் காணப்படும் தனியுரிமை, பாதுகாப்பு அமைப்புக்களை பயன்படுத்துங்கள்.
- ★ உங்கள் பிள்ளைகளின் உணர்வுகளை புரிந்து கொண்டு அவர்களை எப்போதும் மரியாதையுடன் நடத்துங்கள்.
- ★ உங்கள் பிள்ளைகள் நிகழ்நிலையில் என்ன செய்கின்றார்கள் என்பதை கூர்ந்து கவனியுங்கள்.
- ★ அவர்கள் பொருத்தமற்ற அல்லது விரும்பத்தகாத வற்றை நிகழ்நிலையில் பார்ப்பதை நீங்கள் அவதானித்தால் அதனால் ஏற்பட கூடிய தீய விளைவுகள் பற்றி எடுத்துக்கூறுங்கள்.
- ★ நிகழ்நிலையில் மாத்திரம் சந்தித்த ஒருவரை நேரடியாக சந்திக்க கூடாது என்று அறிவுறுத்துங்கள். ஏனென்றால், சிறுவர்கள் இலகுவாக ஏமாற்றப்படக் கூடியவர்கள்.
- ★ நிகழ்நிலையில் காண்பது எல்லாம் உண்மையில்லை என்பதை சொல்லிக் கொடுங்கள்.

உங்கள் பிள்ளையின் நடவடிக்கைகளில் மாற்றத்தை அவதானித்துள்ளீர்களா?

- ★ கீழ்வரும் அறிகுறிகளில் ஏதேனும் ஒன்றை உங்களின் பிள்ளைகளிடம் அவதானித்தால் உடனடியாக அவர்களுடன் கலந்துரையாடுங்கள்.
- ★ அவர்களது வயதிற்கும் வளர்ச்சிக்கும் அப்பாற்பட்ட பொருத்தமற்ற பாலியல் நடத்தைகளை வெளிப்படுத்தல்.
- ★ அவர்கள் நிகழ்நிலையில் வழமைக்கு மாறாக அதிக அல்லது குறைவான நேரத்தை செலவிடுதல் அல்லது இரகசியமாக பாவித்தல் போன்ற திடீர் மாற்றங்கள்.
- ★ அவர்களது மனநிலை, நடத்தை மற்றும் உணவு பழக்கவழக்கத்தில் மாற்றம் ஏற்படுதல்.
- ★ கல்வி மற்றும் பாடசாலை செயற்பாடுகளில் மந்த நிலையும் வரவில் ஒழுங்கின்மை.

நிகழ்நிலை துஷ்பிரயோகத்திற்கு

உங்கள் பிள்ளை/ பிள்ளைகள் முகங்கொடுத்திருந்தால் உடனடியாக கீழ்வரும் அமைப்புக்களை நாடுங்கள்.

கணினி குற்ற புலனாய்வு திணைக்களம் (CID)
011 232 6979

சிறுவர் மற்றும் மகளிர் துஷ்பிரயோக தடுப்பு பணியகம் (பொலீஸ்)
109 அல்லது 011 244 4444

தேசிய சிறுவர் பாதுகாப்பு அதிகார சபை (NCPA)
1929

PEaCE/ECPAT Sri Lanka
011 281 9397 / 071 273 3037
மின்னஞ்சல்: info@ecpat.lk

எங்குமுள்ள சிறுவர்களையும் சூழலையும் பாதுகாக்கும் அமைப்பு (PEaCE)



டிஜிட்டல் உலகை பற்றி அறிந்து கொள்வோம்

நிகழ்நிலையில் இடம்பெறும் சிறுவர் பாலியல் துஷ்பிரயோகம் பற்றி பெற்றோர் அறிய வேண்டியவை

எங்குமுள்ள சிறுவர்களையும் சூழலையும் பாதுகாக்கும் அமைப்பு (PEaCE)

உங்கள் பிள்ளைகளின் பாதுகாப்பு மற்றும் நல்வாழ்வுக்காக அவர்களது நிகழ்நிலை செயற்பாடுகளை கண்காணியுங்கள்.

அவர்கள் வாரத்திற்கு சராசரியாக 24 மணி நேரத்திற்கும் மேல் இணையத்தை பயன் படுத்துகின்றார்கள் என்பது உங்களுக்கு தெரியுமா?

நிகழ்நிலையில் உங்கள் பிள்ளைகள் என்ன செய்கின்றார்கள் என்பது உங்களுக்கு தெரியுமா?

அவர்கள் தீங்கு விளைவிக்கக்கூடிய கருத்துக்களை பரிமாறுகின்றார்களா?

அவர்களுக்கு ஏற்படக்கூடிய பாதிப்புக்களை பற்றி கலந்துரையாடுவது மிக முக்கியமானதாகும்.

உங்கள் பிள்ளைகள் பொருத்தமற்ற புகைப்படங்கள், காணொளிகள் அல்லது அவதூறான கருத்துக்களை பகிர்ந்திருந்தால் அதனை முற்றாக இணையத்தில் இருந்து அகற்ற முடியாது.

நிகழ்நிலையில் பாலியல் ரீதியாக தோற்றமளிக்கும் அல்லது சித்தரிக்கப்படும் சிறுவன் அல்லது சிறுமியின் படங்கள் மற்றும் காணொளிகள் உங்களை போன்ற ஒரு பெற்றோரின் மகன் அல்லது மகளுடையது என்பதை அறிவீர்களா?

உங்கள் பிள்ளைகளுக்கு நிகழ்நிலையில் எவை பொருத்தமானது அல்லது பொருத்தமற்றது என்பதை எடுத்து சொல்லுங்கள்.

உங்கள் பிள்ளை நிகழ்நிலையில் அறிமுகமற்றவர்களுடன் உரையாடுகின்றனரா?

நிகழ்நிலையில் அறிமுகமானவர்களின் நோக்கம் உண்மையானதாகவும் நேர்மையானதாகவும் இருக்கும் என கூற முடியாது. அவர்கள் உங்களது பிள்ளைகளை ஏமாற்றி அவர்களது வலையில் விழவைக்க பல்வேறு உத்திகளை கையாளுவார்கள்.



உங்கள் பிள்ளைகள் நிகழ்நிலையில் அதிக நேரம் செலவிடுவது உங்களுக்கு கவலை தருகின்றதா?

அவர்கள் நிகழ்நிலையில் செலவிடும் நேரத்தை கட்டுப்படுத்துங்கள். அத்தோடு அவர்கள் நிகழ்நிலையை எவ்வாறு பயன்படுத்துகின்றார்கள் என்பதை அவதானியுங்கள்.

உங்கள் பிள்ளையின் நிகழ்நிலை பாவனையை கட்டுப்படுத்த வேண்டும் என்றால் நீங்கள் அவர்களுக்கு முன்மாதிரியாக இருப்பது அவசியம்.

உங்கள் பிள்ளைகள் நிகழ்நிலையில் அதிக நேரம் விளையாடுகின்றனரா?

உங்கள் பிள்ளைகள் நிகழ்நிலை விளையாட்டிற்கு அடிமையாகும் போது உடனடியும் மனதளவிலும் பாதிப்படைகின்றனர்.

உங்கள் பிள்ளையின் உடல் மற்றும் மன ஆரோக்கியத்தை பாதுகாப்பதற்காக அவர்களது நண்பர்கள், பாடசாலை மற்றும் வீட்டில் எவ்வாறு நடந்து கொள்கின்றார்கள் என்பதை கவனிப்பது முக்கியமாகும்.

