



දරුවන් නලවාගන්නේ කෙසේදැයි බොහෝ දෙමාපියන් දනිති. "දෙයි දෙයි දෙයි දෙයි බබා බයි

බයි බයි බයි බබා ඔන්න බබෝ ඇතින්නියා ගල් අරමේ සිටින්නියා" ආදී වශයෙන් වූ දරු නැලවිලි ගී වර්තමානයේ සුලබව අසන්නට නොලැබුණත් මෑත අතීතයේ දරුවන් නැලවු මව්වරුන්ගේ මුඛග නිතර රඳ පැවතුනකි.

කෙසේ වුවත් යොවුන් දරුවන් සතසත්තට පහසුවෙන් නුසුඵවන. ඊට බොහෝ කල්පනාකාරී විය යුතු ය. ඇත්තෙන්ම මේ කාර්යයේදී තැනට සුදුසු අයුරින් ගැටළු විසඳීමේ හැකියාවන් තිබීම අත්‍යවශ්‍ය ය. තම දරුවන් දැඩි පාලනයකට තතු කරගෙන සිටින ආධිපත්‍යාධික දෙමාපියන්ට බොහෝවිට ගැටළු විසඳීම ඉතා අපහසු කාර්යයක් විය හැකි ය. කෙසේ නමුත් ඊට උත්සාහ කිරීම වැදගත් ය. "මුව හැඳවට වඩා හොඳ නිකං ගිටියනං" ආදී වශයෙන් සිතමින් භංගත්වයට පත්වීම මෙමගින් අවසන් කරගත හැකි වනු ඇත.

තමන්ගේ මතයට හා පවසන දේට ඇහුම්කන් දීම තමන්ගේ ගැටළු විමසමින් මා පියන් ඒ ගැන දැනුවත්වීම යොවුන් දරුවන් විසින් ඉතා අගය කරනු ලබනු ඇත. යොවුන් විය පසුවන්නන් හා මා පියන් අතර සුහදශීලීව කථා බස් ඇති නොවෙයි නම් ඔවුන්ට තමන්ගේ ගැටළු මා පියන්ට ප්‍රකාශ කිරීම ඉතා නුහුරු අපහසු කාර්යයක් වනු ඇත.

ඵවැනි දේ ඔවුන් වෙතත් අය ලවා මා පියන්ට දන්වකි. එසේ තැත්නම් ඒ සඳහා සමාජය පිළි- නොගන්නා ක්‍රම ආධාරයෙන් ප්‍රකාශ කරන්නට උත්සාහ කරති. සම-

හර දරුවන් දී වි ත සා ගැනීමට



යොවුන් දරුවන් සහකා ගැනීමේ උපක්‍රම

ශ්‍රී ලංකා අපස්මාර සංගමයේ උප සහාපති විශේෂඥ මනෝවෛද්‍ය

සරත් පඬුවාවල

කරන තැත්කිරීම් මෙවැනි දෙයක ප්‍රතිඵලය වීමට පුළුවන. "ඒ ගොල්ල මං කියන දේ අහන්නේ නෑ" තැත්නම් "මං කියන දේ ගණන් ගන්නෙ නෑ." ආදී වශයෙන් සමහර ගැටවරයන් තමන් හා සුහද- ශීලීව සිටින ඥාතීන්ට ප්‍රකාශ කරනු නිතර දක්නට ලැබේ.

තමන්ට කෙතරම් වැඩ රාජකාරී තිබුණත් යොවුන් වියේ දරුවන්ගේ ගැටළු සහ දුක් ගැනවිලි හා අවශ්‍යතා ගැන කථාබස් කිරීමට දෙමාපියන් වෙලාවක් වෙන් කර ගත යුතු ය. යොවුන් දරුවන් සිටින දෙමාපියන්ට මෙය අත්‍යවශ්‍ය ක්‍රියා පිළි- වෙලක් වේ. මෙම කාර්යාවලියේදී පහත දැක්වෙන කරුණු වැදගත් වේ.

සම්මුතියකට එළඹීම (NEGOTIATE)

යොවුන් දරුවන්ගේ යම් යම් වර්ගවන්ට මාපියන් එකඟ නොවන විට ඒවා තහනම් කිරීමට උත්සාහ කිරීම තැත්නම් "ඒවා කරන්න බෑ" ආදී වශයෙන් දැඩි විරෝධය පෑම

තමන්ගේ මතයට හා පවසන දේට ඇහුම්කන් දීම තමන්ගේ ගැටළු විමසමින් මා පියන් ඒ ගැන දැනුවත්වීම යොවුන් දරුවන් විසින් ඉතා අගය කරනු ලබනු ඇත. යොවුන් විය පසුවන්නන් හා මා පියන් අතර සුහදශීලීව කථා බස් ඇති නොවෙයි නම් ඔවුන්ට තමන්ගේ ගැටළු මා පියන්ට ප්‍රකාශ කිරීම ඉතා නුහුරු අපහසු කාර්යයක් වනු ඇත.

බොහෝ අවස්ථාවලදී සිදු වේ. මෙවැනි අවස්ථාවලදී දෙපසෙයට මාතසික පීඩනයකට ලක්- වීම ස්වභාවයකි. ඇත්තෙන්ම මේවා සාකච්ඡා මගින් පහසුවෙන් විසඳගත හැකි දේ වෙන්නට පුළුවන.

මෙමගින් තමන් පැරදුණාය තැත්නම් තමාට අවාසි සිදුවුණාය යන හැඟීම් තැනි වි පහත් සිතීන් කටයුතු කිරීමට හැකිවෙනවා ඇත. මා පියන් යම් යම් දේ පිළිගන්නට සූදනම් නම් යොවුන් දරුවන්ට දුක්ගැනවිලි ගැන එතරම් ඇත්තෙන්ම වයස අවුරුදු 16 -17 පමණ වන- තුරු ගැටවරයින් සෑම දෙයක් දෙසම බලනුයේ පටු ආකල්පයකින් වන බැවින් යම් එකඟතා- වකට පැමිණීමට අපහසු කාරණයක් විය හැකි ය.

යුද්ධයකට මුහුණ දෙන සෑම විටම සම්පූර්ණ ජයග්‍රහණයක් ලැබීම ගැන සිතීමට නොහැකි ය. තමන් කොතරම් තමන්ගේ ද පොදු මතයකට පැවරීමට හැකියාවක් තිබේද, යන්න මත එය රඳ පවතිනු ඇත.

එකඟතාවයකට එළඹීමට නොහැකි වූ අවස්ථාවලදී යොවුන් දරුවන් දෙමාපියන්ට යඳුස් පවරවත් කැකෝ ගසන්නට පුළුවන.

තවුල් කිරණ ගැනීම

තමන්ගේ අනුමැතිය ඇතිව යොදගත් නීතිරී- නිවලට එකඟව කටයුතු කිරීමට යොවුන් දරු- වත් කැමැතිවනු ඇත.

එවැනි දේ තිබිය යුත්තේ ඇයි දැයි කියා තේරුම ගැනීමේ හැකියාව මා පිය දු දරු දෙපසටම තිබිය යුතු ය.

සමහර විට මාපිය දෙදෙනාගේ අදහස් දෙආකාර විය හැකි බැවින් ද ඔවුන් දෙදෙනා ගැටෙන්නට සැලැස්වීමත් දරුවාට කළ හැකි බැවින් ද පොදු තීරණයකට එළඹීම ඉතා වැද- ගත් වනු ඇත.

තෙවල් කිරීම

යොවුන් දරුවන් හා දෙමාපියන් අතර ඇතිවන අඩදබර දරුවන්ගේ පමණක් තොව දෙමාපි- යන්ගේ යම යම වැරදි ආකල්ප තිසා හටගත හැකි තවුන් තම දරුවන්ගේ වැරදි නිසා මේවා සිදුවන බව දෙමාපියන් සිතන්නට පුළුවන.

දෙපසායේම සිත් සතුටුවන අයුරින් යම යම වර්තාවක් වෙනස් කර ගැනීමෙන් තත්වය යහපත් විමක් හා එමගින් පියවීමක් පැමිණීම සිදුවිය හැකිය.

සමහර යොවුන් දරුවන් තමන්ට අවශ්‍ය පරිදි යමක් කරගැනීමට මාපියන්ට සැර පරපු ලෙස කථා කරන්නට පෙළඹේ. මෙවැනි අවස්ථාවකදී මාපියන් "ඔහොම කැනගන්නට ආයෙ මේ ගැන මම අහන්ධි පැස්නි කැ." යනුවෙන් පැවසීම මගින් එවැනි වර්තාවක් යහපත් අයුරින් වෙනස් කිරීමේ ඉඩ කඩ ඇතිරියනු ඇත.

කෙසේ වුවත් "ඔය කැ ගැහිලි වලට මං කැමති කැ." ඔය විදියට ආවොත් කිසි වැඩක් කරගන්න බැරි වෙයි. හෙට උදේ වෙනකොට හොඳින් කථා කරලා බැලුවොත් මොකක් හරි කරන්න පුළුවන් වෙයි." යනාදී වශයෙන් පැවසීම මගින් යහපත් ප්‍රතිඵල ලබා ගැනීමට ඉඩ සැලසෙනු ඇත. මේ අයුරින් කථා බස් කිරීමෙන් තමන් දරුවන්ට යටත් වූවයයි තොසිතිය යුතු ය.

ස්ථාවරව සිටීම (CONSTSTENT)

ගැටවකට පිලියමක් ලෙස යම සම්මුතියකට එළඹුණොත් මාපියන් සැමවිටම එම ස්ථාවරයේම සිටිය යුතු ය. මක්නිසාද යත් දරුවන්ට සමහර ජට පය අමතක විය හැකි බැවිනි.

දරුවා මෙන්ම ඔබද පසුව අදහස් වෙනස් කරන්නට පුළුවන් පිය හැකි බවද, යම නිරන්- යකට එළඹුණොත් ස්ථාවරය වෙනස් නොකළ යුතු ය.

වරින්වර ඒවා වෙනස් කරන්නට ගියහොත්

මාපියන්ගේ මතයට අනුව වැඩ කටයුතු කිරීමට දැඩි බලපෑම් කළහොත් දරුවන් ඊට විරුද්ධ යමක් කීමට හෝ කිරීමට පෙළඹෙනු ඇත. මා පිය මතය ඉතා සන්සුන්ව ඉදිරිපත් කළවිට දරුවන්ට නිදහසේ තීරණයකට එළඹීමට පුළුවන. ඔවුන්ගේ තීරණය සමහර විට ඔබ යෝජනා කරන්නට සුදහම් වූ එකම විමට පුළුවන.

කෙදිනකවත් දරුවන් සමග ගැටව විසඳගන්නට හැකි නොවනු ඇත.

පහද දීම

යොවුන් විසේදී දරුවන් තමන් ගැන පමණක් සිතා යම යම විනිශ්චයන් කරති. මාපියන් පම- ණින් ඔවුන් තමන් කියන කරන දේ වෙනස් කරන්නට හෝ එකඟවන්නට සුදුකම තැන. ඒ ගැන හේතු දැක්වීමක් යථා තත්වය පිළිබඳ අව- බෝධයක් ලබා දුනහොත් ඔවුන් ඊට පහසුවෙන් එකඟවීමට පුළුවන.

උදහරණ ලෙස පෝචණ ගුණයෙන් ඉතා අඩු කෘතීම ලෙස රස ගැන්වූ මල අධික ආහාර වර්ග භාවිතා කිරීමට ඔවුන් පෙළඹීමට පුළුවන. ගුණ- යෙන් ගීත බව හා කෘත්‍රීම ද්‍රව්‍යයන්ගේ අහිතකර බව ආදිය ගැන එනම් යථා තත්වය ගැන පහද දුනහොත් එය ඔවුන් පිළිගන්නවා ඇත.

බලපෑම් නොකිරීම

මාපියන්ගේ මතයට අනුව වැඩ කටයුතු කිරී- මට දැඩි බලපෑම් කළහොත් දරුවන් ඊට විරුද්ධ යමක් කීමට හෝ කිරීමට පෙළඹෙනු ඇත. මා පිය මතය ඉතා සන්සුන්ව ඉදිරිපත් කළවිට දරුවන්ට නිදහසේ තීරණයකට එළඹීමට පුළුවන. ඔවුන්ගේ තීරණය සමහර විට ඔබ යෝජනා කරන්නට සුදුකම වූ එකම විමට පුළුවන.

තම මතය කෙතරම් බලවත් වූවත් හොඳ තරක පිළිබඳ කරුණු විවාදාත්මකව ඉදිරිපත් කිරීම යෝග්‍ය වේ.

දරුවන්ට එය බලෙන් පටවනවාට වඩා මෙසේ කිරීම තුළින් මා පිය මතය පිළිබඳව කල්පනා කර තමන්ගේ තීරණයක් ගැනීමට යොවුන් දරුවන්ට පහසු වේ. තීරණය දරුවා- ගේම බව පෙන්වා දුන් විට එය ඔවුන් ගෞර- වාත්විතව පිළිගන්නවා ඇත.

ගෙනත් වර්තාවන් ගැන ප්‍රශංසා කිරීම

දරුවන්ගේ යම යම හැසිරීම් රටාවන් අත් අයගේ අවධානයට යොමුවේ තම එවැනි දේ නැවත නැවත කිරීමේ ප්‍රවණතාවක් තිබේ. අවා- යතාවකට මෙන් අවධානයට ලක්වන්නේ "නරඟ" හෙවත් සමාජයට නොගැලපෙන හැසිරීම් ය. ගුණ යහපත් හැසිරීම් වලට එතරම් අවධානයක් යොමු නොවන අතර ඒ පිළිබඳව යම මතයක් ඇතිවත්- තේද කලාතුරකිනි. මා පියන් දරුවන්ගෙන් බලා- පොරොත්තු වන යහපත් හැසිරීම් වලදී පැමිණීමට ඔවුන්ට ප්‍රසංසා කිරීමෙන් එවැනි දේට වඩ වඩාත් යොමුකරවා ගත හැකිය. තම නෑදෑ හිතමිතුරන්- ගෙන් ද එවැනි ප්‍රතිචාර ලබා දීමට මාපියන් උනන්දුවිය යුතුය. කිසියම් කරුණකදී ඔවුන් ජය- ග්‍රාහී වුවහොත් (උදහරණ ලෙස ක්‍රීඩාවෙන් හෝ විභාගයෙන් ජය ලැබීම) ඔබගේ සතුට දැක්වීම සඳහා කැගිබෝග පිරිනැමීම ද සුදුසු ය.

අවධානය යොමු නොකිරීම (ගණන් නොගැනීම)

යොවුන් දරුවන්ගේ සමහර හැසිරීම් දෙමාපි- යන් වැරදි ලෙස සම්බන්ධ කර ගැනීමේ අරමුණක් ඇතිකරනු ලබයි. අවධානය යොමු නොකිරීම මගින් එවැනි දේ ඇතිවීම වලක්වා ලීමට පුළුවන. මොනසම ආකාරයක හෝ අවධානයක් ඇතිවීම මගින් එවැනි දේ නැවත කිරීමට දරුවන් පෙළඹී- මට පුළුවන. මාපියන්ගේ සුළු කෝපවීමක් ප්‍රති- චාරයක් මගින් පවා යොවුන් දරුවා නොමනා අයුරින් නැවත නැවත හැසිරීමට පුළුවන. අවිනිත හැසිරීමකින් හෝ කෝපයෙන් සිටින දරුවෙක් වෙත අවධානය යොමු නොකළ යුතු ය. එවැනි තත්වයක් බොහෝ විට අවධානය ලබා ගැනීමේ අරමුණක් සිදුවෙනවා ඇත. ඔහු හෝ ඇය කුමන හෝ ප්‍රතිචාරයක් ඇති කරලීමට උත්සාහ කරනු ඇත. මාපියන් සමහර විට දරුවාගේ හැසිරීම ගුණන් නොගන්න ද, කෝලචුනු ස්වභාවයක් පෙන්වයි තම අවධානයේදී ප්‍රතිචාරයක් දක්ව- තැයි බලාපොරොත්තුවෙන් ඔහු හෝ ඇය තව තවත් උත්සාහ කරනු ඇත.

යොවුන් දරුවන් සමග එකඟතාවකට නොපැමිණී විට මුහුණ දීම

කෝපවූ අවස්ථාවකදී එසේ වූයේ ඇයි දැයි පහදදීම වැදගත් ය. දිගින් දිගට සිදුවන චාචික පහරදීම් වලට වඩා මෙය අගනේ ය. විවාදන්- මකව එකට එක කිරීම බොහෝ පවුල් තුළ සමගිය බිඳීයාමට හේතුවේ. මක්නිසාද යත් එය තමාගේ හැඟීම් ප්‍රකාශ කරනවාට වඩා විවේච- නාත්මකව භාවිතා කරන බැවිනි.

සිදුවූ දේ ගැන නිසලව පැත්තකට වි සිතින් කමහා විම හෝ දරුවන් මග හැර සිටීම සුදුසු නොවේ. බගින් බස් වූ තැනැත්තා සිතන්නේ

ඔහුට හෝ ඇයට තොකමැති හෝ තරහ හෝ වෙරයෙන් මෙසේ ඉවත් වී ගිය බව ය. පුද්ගලයෙක් කරන කියන හැම දෙයක්ම යමෙක් අනුමත තොකරන්නට පුළුවන. කෙසේ වුවත් එවැනි තත් තරක පුද්ගලයෙක් කියා හෙලා දකින්නට හේතුවක් නැත.

දරුවන් දෙමාපියන්ට සැරෙන් කපා කළ ද ඊට ප්‍රතිචාර ලෙස සැර පරුෂ ලෙස ඔවුන්ට කපා තොකළ යුතු ය. එසේ වුවහොත් ගැටළුව දිගින් දිගට පැවතෙන්නට පුළුවන. ඒ වෙනුවට කිව-හැක්කේ තමන් කැමැති වලට තොකමැති බව හා ඒ අයුරින් යමක් ගැන සාකච්ඡා කිරීමෙන් පලක් තැනී බවක් කෝපය සංසිදී යන්නට කාලයක් දීම යෝජනා කිරීමට පුළුවන. කල්ගැනීමක් ආවේගශීලීව පහ වී ගිය පසු බොහෝ විට ගැටළුව විසදීම පහසුවනු ඇත. කෙසේ වුවද පසුව සාකච්ඡා කිරීමට කල්දම්ම දැඩුවමක් කර තොගත යුතු ය. "ගිහින් පැත්තකට වෙලා ඉත්තවා මං පස්සෙ කපා කරන්නම" යනු ඒ ආකාරයේ කල්ගැනීමක් නොවේ.

හිඟි පැනවීම

පවුලක සාමාජිකයින් තොයෙකුත් අවස්ථාවලදී තැනට තොගැලපෙන අයුරින් කටයුතු කරයි නම් පවුලේ වැඩ කටයුතු අවුල් සහගත වීමට පුළුවන. ධයමාකාරයෙන් පවුලේ වැඩ කටයුතු සිදුකර ගැනීමට සැවොම පිළිගත් ක්‍රියා පිලිවෙලක් තිබීම වැදගත් ය. දෛනික වැඩ කටයුතු අනුව එකිනෙකට තොයෙකුත් වැඩ කටයුතු පැවරීමට පුළුවන. නිවසට බඩු ගෙන ඒම බිල්පත් ගෙවීම, මල්වලට වතුර දැමීම, ගවයින් බැදීම, කිරි දෙවීම, නන්කොළ කැපීම ආදී කටයුතු සැමගේ කැමැත්ත පරිදි එක් එක් පුද්ගලයාට පවරා ඇත්තම් පවුලේ කටයුතු අර්බුදයකින් තොරව කෙරෙනු ඇත. තවද තමා නිවසින් පිටතට යන විට එසේ යාමට බලාපොරොත්තුවන ස්ථානය හා ආපසු පැමිණෙන වෙලාව පැවසීම වැනි දේ ද මෙම ක්‍රියා පිලිවෙලට අඩංගු වේ.

පවුලේ පිළිගත් යම් ක්‍රියා පිලිවෙලක් තිබීම ජීවිතය ගෙනයාමේදී පහසුවක් ඇති කළ ද යොවුන් දරුවන් මෙවැනි දේ පිළිපැදීම හරියාකාරව සිදු නොකරති. මීට බොහෝ විට හේතුවන්නේ ඔවුන් ත්‍යාගශීලී නොවීමයි.

යොවුන් දරුවන් සඳහා සමහර අවස්ථාවලදී දැඩි අයුරින් තීනි පැනවීමට මාපියන්ට සිදුවිය හැකිය. මක්නිසාද යත් සමහර ජීවා සෞඛ්‍යයට ද අහිතකර බැවිනි. යමෙකුගේ අධික්ෂණයකින් තොරව යතුරු පැදියක් පැදවීමට උත්සාහ කිරීම, මත්පැන් භාවිතය, දුම්පානය ආදිය මීට උදහරණ වේ. මෙවැනි තීනි කැඩීම යොවුන් දරුවන් අතින් තීතර සිදුවිය හැකි අතර එය දෙපසයටම අසහනය ගෙන දෙන්නක් විය හැකිය. මීට කුමක් කළ යුතු ද යන්න ගැන විමසා බලමු.

තීනි පැනවීම අවම වශයෙන් කළ යුතු අතර

ජීවා ඉතා පැහැදිලිව ඉදිරිපත් කළ යුතු ය. මාපියන් දරුවන්ගෙන් බලාපොරොත්තුවන්නේ කුමක්දැයි ඉන් පැහැදිලිව ප්‍රකාශ විය යුතුය. මිතුරන් සමග විතෝද ගමන්යාම, මත්පැන් භාවිතය, අතරක්ෂිත ජලාශ වල කෑම/පිහිනීම ආදී දේ ගැන තදබල තීනි පැනවීමට මාපියන්ට සිදුවෙනු ඇත.

යොවුන් දරුවන් මාපියන්ට සැර පරුෂ ලෙස කපා කිරීම ඔවුන්ට දරා ගැනීමට ඉතා අපහසු දෙයක් වනු ඇත. මෙවැනි වර්තාවලින් දැඩි හානි සිදුකෙටන බැවින් හැකි පමණ ඉවසා දරා ගත යුතු ය. එසේම යොවුන් විදේදී දක්නට ලැබෙන කොණ්ඩ හා ඇඳුම් විලාසිතා ආදිය ගැන දුර කපා භාවිතය, පාන්දර තැගිටීම ආදී කරුණු පිළිබඳව ද තදබල අත්දැමීන් කටයුතු තොකළ යුතු ය.

මාපියන් කිසිදිනක පිළිනොපදින හිඟි දරුවන් ලවා පිළිපැදවීමට අපේක්ෂා නොකළ යුතු ය. "ඔවා දෙනු පරහට තබා සම්මතයෙහි පිහිටා සිට" යනුවෙන් වූ කියමනක් කවුරුත් අසා ඇතිවාට සැකයක් නැත.

මාපියන් කිසිදිනක පිළිනොපදින තීනි දරුවන් ලවා පිළිපැදවීමට අපේක්ෂා නොකළ යුතු ය. "ඔවා දෙනු පරහට තබා සම්මතයෙහි පිහිටා සිට" යනුවෙන් වූ කියමනක් කවුරුත් අසා ඇතිවාට සැකයක් නැත. මාපියන් මත්පැන් හා දුම්වැටි භාවිතය කරයි නම් දරුවන් ලවා එවැනි දේ වැලැක්වීමට කටයුතු කිරීම අපහසු ය.

විධිමත් හැසිරීමකට යොමුවීමට යොවුන් දරුවාට ඉඩ සැලසිය යුතු ය. ඇත්තෙන්ම මෙහිදී කළ යුත්තේ මාපියන් පතවන තීනි වලට දරුවා අත්ධ ලෙස ක්‍රියා කරවීම නොව වගකීමෙන් යුතුව කටයුතු කිරීමට ඉගෙන ගැනීමට සැලසීමයි. දරුවා වයසින් මුහුකුරා යන විට තීනි පැනවීම අඩු කළ යුතු ය. තීනි රැසක් පැනවීම යනු දරුවන් තමන්ගේ පාලනයෙන් ගිලිහෙතැම්බිය යන බියක් මාපියන්ට ඇති වීම යි. එවැනි තත්ත්වයක පසු ප්‍රතිඵල භාගිදයක විය හැකිය. වැඩිහිටියන් වශයෙන් ස්වාධීන විනිශ්චයක් කිරීමට තොහැකි ආත්ම විශ්වාසය අඩු පුද්ගලයින් විමට එවැනි දරුවන්ට සිදුවනු ඇත.

යොවුන් දරුවන්ට යුක්තිය හා සාධාරණ බව පිළිබඳ තදබල හැඟීම් තිබේ. දෙමාපියන් වෙතින් ප්‍රෝධාකාරී බවකින් හෝ දෙබිඳි පිළිවෙලකට

ක්‍රියා කිරීමක් පෙනී ගියහොත් ඔවුන් තීනිවන වලට ගරු නොකරන අතර ජීවාට අවනත වන්නේ නැත.

සම්බාධක පැනවීම (SANCTIONS)

යමක් වලකාලීමට භාවිතා කළ හැකි අවසාන ක්‍රමය සම්බාධක පැනවීම යි. තමා විසින් කරනු ලැබ ඇති දෙය සුළු පවු දෙයක් නොවන බව හා දෙමාපියන්ට ඉටියිස නොහැකි දැඩුවම පැමිණ යුතු දෙයක් බව සම්බාධක පැනවීම මගින් දරුවාට හැඟියනු ඇත. සම්බාධක පැනවිය යුත්තේ සාමාන්‍ය ලෙස සම්මුතියකට එළඹීමට නොහැකි වූ විට අවසන් උපක්‍රමය ලෙස යි. මෙවන් අවසන් උපක්‍රමයක් ඇති බව දු පුතුන් දන්නේ තම එය අස්වැසිල්ලක් වනු ඇත. මක්නිසාද යත් තමන්ට ඉඩ දී ඇති සීමාවට ලගාවී ඇති බවත් පසුකැපීලි නොවී අවනත විය යුතු බව දරුවා අවබෝධ කර ගන්නා නිසා ය.

සම්බාධක පැනවීමට අදහස් කරන්නේ තම මාපියන් එක්ව කලින් දරුවාට දැන්විය යුතු ය. එය හිතමතයට සැම කරුණක් වෙනුවෙන්ම නොයොද, විශේෂිත අවස්ථාවලදී පමණක් යොද ගත යුතු ය. මෙවිට ඔහු හෝ ඇය විසින් කරනු ලබන්නාවූ එවන් විශේෂිත වරදකට (උදා: දැන්වීමකින් තොරව නියමිත වේලාවට නිවසට නොපැමිණීම) කලින් මාපියන් විසින් සඳහන් කරනු ලැබ තිබූ ක්‍රියා මාර්ගයන්ට මුහුණ දීමට සිදුවන බව ඔහුට හෝ ඇයට අවබෝධ කරගත හැකිය. සම්බාධක කෙදිනකවත් දරුවාට අවමානයක් කිරීම සඳහා නොවිය යුතු ය.

යොවුන් දරුවෙකුට කිසිදිනක ගාර්ථක දැඩුවම දීමෙන් වැලකිය යුතු ය. වඩාත් උචිත දැඩුවම වන්නේ ගරුත්වය අඩු නොවන අත්දැමට වඩා තමාට ලැබෙන වරප්‍රසාද ඉවත් කිරීම යි. අළුත් ඇඳුම් ලබා නොදීම, ඔවුන් කැමති ගමන් නොයාම, රූපවාහිනිය ක්‍රියාවිරහිත කිරීම ආදිය මෙවැනි වරප්‍රසාද ඉවත් කිරීම වලට උදහරන වේ. මෙවැනි තනට යම් කාල සීමාවක් නියම කිරීම අවශ්‍ය ය.

කාලසීමාවක් නොමැතිව හිතුවෙන් කිරීම සාධාරණ නොවන අතර දරුවා ඊට එරෙහිව යම් ගැටුම ඇතිකර ගැනීමට පෙළඹෙනු ඇත. ක්‍රියාත්මක කළ නොහැකි සම්බාධක පැනවීම එනම් දරුවාට මෙන්ම තමන්ට ද අපහසුකම් සිදුවිය බැනි තත්ත්වයන් උදව්ව වලක්වා ගැනීම වැදගත් ය.

සම්බාධක පහවන්නේ මාපියන් දරුවන්ගේ ක්‍රියාවලීන් ගෙවීමත්වම, ප්‍රකෝපවීම හෝ ඉවසීමේ සීමාව ඉක්මවීම ආදී කරුණු නිසා නොව නොමනා හැසිරීම් පාලනය කිරීම සඳහා මෙවැනි දෙයකට මුහුණ දීමට දරුවාට සිදුවන බවට හැඟෙන අයුරින් කටයුතු කිරීමට වගබලා ගත යුතු ය. □