

# தாத்தா-பாட்டிகள்: உங்கள் பேரக்குழந்தையின் பெற்றோருடன் தகவல் தொடர்புகொள்வது

## உங்கள் பேரக்குழந்தையின் பெற்றோருடன் தகவல் தொடர்புகொள்வது ஏன் முக்கியமாகும்

உங்கள் பேரக்குழந்தையின் பெற்றோருடன் நன்கு தகவல் தொடர்புகொள்வது அவர்களுடனான உங்கள் உறவை வலுப்படுத்துவதற்கும், பிரச்சனைகள் எழும்போது அவற்றைத் தீர்ப்பதற்கும், தவறான புரிதல்களிலினால் ஏற்படும் மோதலைத் தவிர்ப்பதற்கும் முக்கியமாகும். உங்கள் பேரக்குழந்தையின் பெற்றோரும் நீங்களும் நன்றாகத் தகவல்தொடர்பு கொள்ளும்போது, அது உங்கள் பேரக்குழந்தையின் ஆரோக்கியத்திற்கும் வளர்ச்சிக்கும் சிறந்த சூழலை உருவாக்குகிறது.

தவறான புரிதல்களைப் போக்க அல்லது மோதலைத் தீர்க்க ஒன்றாகப் பேசுவது உங்கள் குடும்பத்திற்கு ஒரு புதிய விஷயமாக இருக்கலாம். பெரும்பாலான விஷயங்களைப் போலவே, நீங்கள் இந்த நடைமுறையில் இருந்து நன்மை பெறுவீர்கள் என்பதை நினைவில் கொள்ளுங்கள்.

## உங்கள் பேரக்குழந்தையின் பெற்றோருடன் தகவல் தொடர்புகொள்வதற்கான உதவிக்குறிப்புகள்

உங்கள் பேரக்குழந்தையின் பெற்றோருடன் சிறப்பாகத் தகவல் தொடர்புகொள்வதற்கான இந்த உதவிக்குறிப்புகளை முயற்சி செய்யுங்கள்:

- உங்கள் பேரக்குழந்தையைப் பற்றிய செய்திகளையும் வேடிக்கையான கதைகளையும் உங்கள் பேரக்குழந்தையின் பெற்றோருடன் பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள் - இது என்ன நடக்கிறது என்பதை அவர்களுக்குத் தெரிவிக்க வைக்க உதவுகிறது, மேலும் இது உங்கள் உறவுக்கு நல்லதாக இருக்கலாம். மேலும் இது வேடிக்கையானது.
- உங்கள் பேரக்குழந்தையின் பெற்றோருடன் நேர்மறையான வழியில் பேசுங்கள் - நீங்கள் ஒரு கவலையைத் தெரிவித்தாலும் கூட - எடுத்துக்காட்டாக, 'நீங்கள் என்னைச் சந்திக்க சரியான நேரத்தில் வரும்போது நான் மகிழ்ச்சியாக உணர்கிறேன். நீ தாமதமாக வரும்போது ஆர்த்தி சற்று வருத்தப்படுவதை நான் காண்கிறேன்'.
- காதுகொடுத்துக் கேட்கும் திறன்களைப் பயன்படுத்துங்கள் - உங்கள் பேரக்குழந்தையின் பெற்றோர் பேசும்போது கவனம் செலுத்துங்கள், அவர்களின் கருத்து உங்கள் சொந்தக் கருத்திலிருந்து வேறுபட்டிருந்தாலும் கூட, அவர்களின் கண்ணோட்டத்தில் விஷயங்களைப் புரிந்துகொள்ள முயற்சி செய்யுங்கள்.
- ஆலோசனை கொடுப்பதற்கு முன்பு உங்களிடம் ஆலோசனை கேட்கும் வரை காத்திருங்கள். ஆலோசனை உதவியாக இருக்கலாம், ஆனால் அதிகளவு ஆலோசனை திணறடிப்பதாகவும் அந்நியமாகவும் உணர வைக்கலாம்.

## முரண்பாடுகளை எவ்வாறு தவிர்க்கலாம் என்பது குறித்த உதவிக்குறிப்புகள்

சிறந்த தகவல்தொடர்பானது, முரண்பாட்டிற்கு வழிவகுக்கக்கூடிய தவறான புரிதல்களைத் தவிர்க்க உதவும். தவறான புரிதல்களைத் தவிர்க்க, உங்கள் பேர்க்குழந்தையின் பெற்றோருடன் நீங்கள் இதைப் பற்றிக் கேட்டறிய விரும்பலாம்:

- உங்கள் பேர்க்குழந்தைக்கு இனிப்புகள் போன்றவற்றை அளிக்கலாமா, அப்படியானால், எவ்வளவு.
- உங்கள் பேர்க்குழந்தையின் நடத்தையை நீங்கள் எவ்வாறு நிர்வகிக்க விரும்புகிறீர்கள், மேலும் அவர்கள் ஒப்புக்கொள்கிறார்களா என்பதை உறுதிப்படுத்திக் கொள்ளுங்கள் - எடுத்துக்காட்டாக, 'சாலையைக் கடக்க அவள் என் கையைப் பிடிக்கவில்லை என்றால் நான் அவளைப் பூங்காவிடமிருந்து அழைத்துச் செல்ல முடியாது. அது நியாயமாகத் தோன்றுகிறதா?'
- உங்கள் பராமரிப்பில் இருக்கும்போது உங்கள் பேர்க்குழந்தை காயமடைந்தால் அல்லது நோய்வாய்ப்பட்டால் அவர்கள் என்ன செய்ய விரும்புவார்கள்
- உங்கள் சொந்தத் தேவைகள் மற்றும் அவை உங்கள் பேர்க்குழந்தையைப் பொறுத்தவரையில் எவ்வாறு பொருந்துகின்றன.

ஏதேனும் சிக்கல்கள் பெரிய சிக்கல்களாக மாறுவதற்கு முன்பு அவற்றைக் கண்டறிந்து தீர்த்து வைப்புகள் - எடுத்துக்காட்டாக, 'காய் லியை அவளது செறிவூட்டல் வகுப்புகளுக்கு வண்டியில் அழைத்துச் செல்வது எனக்கு பிடித்திருக்கிறது, அவளுடன் வழக்கமாக நேரம் செலவிட அது எனக்கு உதவுகிறது. ஆனால் போக்குவரத்து நெரிசல் தான் என்னை மிகவும் களைப்படைபடச் செய்கிறது. அதனால், என்னால் அவளை வகுப்பிற்கு வண்டியில் அழைத்துச் செல்ல முடிந்தாலும், நாங்கள் திரும்பி வரும்போது இரவு உணவைச் சமைக்க சிறிது உதவி தேவைப்படும்'. பின்னர் மற்ற நபரின் பேச்சைக் கேளுங்கள்.

## முரண்பாடு இருக்கும்போது என்ன செய்வது: உதவிக் குறிப்புகள்

நல்ல தகவல்தொடர்பு இருந்தாலும் கூட, தவறான புரிதல்களும் கருத்து வேறுபாடுகளும் எழலாம். உங்களுக்கும் உங்கள் பேர்க்குழந்தையின் பெற்றோருக்கும் இடையே கருத்து வேறுபாடுகள் அல்லது சங்கடமான மெனளங்கள் இருக்கலாம். உறவுகளில் முரண்பாடு ஏற்படுவது வழக்கமானது தான். நீங்கள் அதை எவ்வாறு கையாளுகிறீர்கள் என்பதுதான் முக்கியம். இங்கே சில உதவிக்குறிப்புகள் கொடுக்கப்பட்டுள்ளன:

- உங்கள் தருணத்தைத் தேர்ந்தெடுங்கள் - உங்கள் பேர்க்குழந்தையின் பெற்றோர் வேலையிலிருந்து வீட்டிற்கு வரும் நேரமானது, ஒரு சிக்கலான பிரச்சனையை எழுப்புவதற்கான சிறந்த நேரம் அல்ல. உங்கள் பேர்க்குழந்தை இல்லாத நேரத்தைத் தேர்வு செய்ய முயற்சிக்கவும். உங்களுக்குத் தேவைப்பட்டால் மற்றொரு நேரத்திற்காகக் காத்திருங்கள்.
- உங்களின் பேச்சுத் தொனியைப் பற்றியும், உங்கள் பேர்க்குழந்தையின் பெற்றோருக்கு அது எப்படி ஒலிக்கும் என்பதைப் பற்றியும் சிந்தியுங்கள். விரோதமான அல்லது மறுப்பு தெரிவிக்கும் விதமான தொனியில் பேசாமல் இருப்பதற்கு முயற்சி செய்யுங்கள். உங்கள் பேர்க்குழந்தையின் பெற்றோர் தங்களைத் தற்காத்துக்கொள்வதற்கு முழு முக்கியத்துவமும் கொடுக்காவிட்டால், நீங்கள் சொல்வதைக் கேட்பதற்கு அதிக வாய்ப்புள்ளது.
- அமைதியாகவும், நேர்மறையாகவும், மரியாதையாகவும் இருங்கள். இது ஒரு அவதானிப்பு அல்லது கேள்வியுடன் தொடங்க உதவக்கூடும் - எடுத்துக்காட்டாக, 'கிம்பர்லி கணினியில் அதிக நேரம் விளையாடினால் அவள் எரிச்சலுடன் இருப்பதை நான் கவனித்துள்ளேன். நீங்கள் என்ன நினைக்கிறீர்கள்?'
- உங்கள் பேர்க்குழந்தையின் பெற்றோர் கூறுவதை இடைமறிக்காமல் கேளுங்கள். அவர்கள் பேசி முடிந்ததும் நீங்கள் பேசுங்கள்.
- உங்கள் பேர்க்குழந்தையின் பெற்றோரின் கண்ணோட்டத்தை நீங்கள் புரிந்துகொண்டுள்ளீர்களா என்பதைச் சரிபார்க்கவும் - எடுத்துக்காட்டாக, 'அந்தத் திரைப்படத்தைப் பார்க்கும் வயது சிட்டிக்கு இல்லை என்று நீங்கள் நினைப்பது போல் தெரிகிறது'.
- புண்படுத்தும் விஷயங்களைச் சொல்வதை அல்லது பழிபோடுவதைத் தவிர்க்கவும் - எடுத்துக்காட்டாக, 'நீங்கள் எப்போதும் ...' மற்றும் 'நீங்கள் எப்போதும் இதைச் செய்வதில்லை ...' குறிப்பிட்ட பிரச்சனையை தொடர்பாக மட்டும் ஆலோசிப்பது நல்லது. எடுத்துக்காட்டாக, 'ஷரோன் நேற்று பூங்காவில் ஒரு குழம்பான வார்த்தையைப் பயன்படுத்தினாள், அதை எவ்வாறு கையாள்வது என்று எனக்குத் தெரியவில்லை'.

- உங்கள் உணர்வுகளுக்குப் பொறுப்பேற்கவும் - எடுத்துக்காட்டாக, 'வீ ஜெனை நாள் முழுவதும் கவனிப்பதில் நான் மிகவும் சோர்வடைகிறேன். எனக்கு உதவ ஒரு உதவியாளரை நியமிக்க முடியுமா?'
- உங்கள் பிள்ளையிடம் இரக்க குணத்தைக் காட்டுங்கள் - அவர்கள் தங்களால் முடிந்ததைச் செய்கிறார்கள்.

முரண்பாடு ஏற்படும்போது சிக்கல் தீர்க்கும் நுட்பங்கள் அதிகம் உதவக்கூடும். பிரச்சனையைத் தீர்க்கும் வழிமுறைகளுக்கு, பிரச்சனையைத் தீர்த்தல் தொடர்பான [எங்கள் உதவிக்குறிப்பு தாளைப்](#) பார்க்கவும்.