சீண்டுதல் (Bullying)

இதனை நிறுத்துவதற்கு நாம் யாவரும் உதவலாம்

ஆரம்ப, நடுநிலை பள்ளிக்கூட மாணவர்களின்

பெற்றோர்களுக்கு ஒரு வழிகாட்டி

வசந்தகாலம் 2013

Ontario

சீண்டுதலின் விளைவுகள் பாடசாலை வளவைக் கடந்து செல்கின்றன. பெற்றோர்* என்ற முறையில் நீங்கள் கவனிக்கவேண்டியவையும், செய்ய வேண்டியவையும், எங்கு உதவி பெறச் செல்லலாம் என்பனவும் இங்குள்ளன.

*இந்த வழிகாட்டியில் "பெற்றோர்" என்பது பெற்றோரையும் பாதுகாவலர்களையும் குறிக்கும்.

சீண்டுதல் என்பது என்ன?

பொதுவாக திரும்பத் திரும்பச் செய்யப்படும் கடுமையான நடத்தை சீண்டுதல் எனப்படும். இது பாதிப்பு, பயம் அல்லது வேதனை அல்லது பாடசாலையில் இன்னொருவருக்கு மோசமான சூழ்நிலையை ஏற்படுத்த பயன்படுத்தப்படுகிறது. உண்மையான அல்லது உணரப்படுகின்ற அதிகாரச் சமமின்மை காணப்படும் தறுவாயில் தீண்டுதல் இடம்பெறுகிறது.

http://www.e-laws.gov.on.ca இல் கல்விச் சட்டத்தின் முழு வரைவிலக்கணத்தைக் காணலாம்.

சீண்டுதலின் வகைகள்

எனது பிள்ளை உடல் ரீதியாக புண்படாவிட்டால் அது சீண்டுதலாகுமா?

சீண்டுதல் பலவடிவங்களை எடுக்கக்கூடியது. இதில் அடங்கியவை:

- **சரீர ரீதியாக –** அடித்தல், தள்ளுதல், திருடுதல் அல்லது உடமைகளை உடைத்தல்
- **வார்த்தை ரீதியாக –** அவப் பெயர் சொல்லுதல், கேலி செய்தல், அல்லது பாலியல் ரீதியான, இனத் துவேச வார்த்தைகளைப் பாவித்தல்
- **சமூக ரீதியாக –** ஒரு குழுவிலிருந்து மற்றவர்களை ஒதுக்குதல், அல்லது அவர்களைப் பற்றி வீண்பேச்சு அல்லது வதந்தி பரப்புதல்
- **எழுத்து ரீதியாக –** புண்படுத்தும் அல்லது அவமதிக்கும் குறிப்புகளை எழுதுதல் அல்லது வரைதல்
- **மின்னணு மூலம்** (பொதுவாக சைபர் புளியிங் – இணையத்தள சீண்டுதல் என அறியப்படுவது) –மின்னஞ்சல், கைத்தொலைபேசிகள் சமூக ஊடக இணையத்தளங்கள் மூலம் வதந்தியை அல்லது புண்படுத்தும் கருத்துக்களை தெரிவித்தல்.

எலெக்ட்ரோனிக் அல்லது சைபர் புளியிங் என்றால் என்ன?

இது எலெக்ட்ரோனிக் தொலைத் தொடர்புடன் சம்பந்தமானது:

- இன்னொருவரை குழப்ப, பயமுறுத்த அல்லது அவமதிக்க பாவிப்பது.
- ஈமெயில், செல்ஃபோன், டெக்ஸ்ட் மஸ்ஸேஜ், சோசியல் மீடியா மூலம் தொல்லைப்படுத்த, ஒதுக்கிவைக்க அல்லது நற்பெயரைக்கெடுக்க, நட்பை உடைக்க பாவிப்பது .
- சிறுமைப் படுத்துவது, அவமதிப்பது, வதந்தி பரப்புவது, பிரத்தியேகத் தகவலை பகிர்வது, ஒருவரைப் பயமுறுத்த அல்லது கேடுவிளைவிக்க புகைப்படம் அல்லது வீடியோவை பாவிப்பது.
- அது எப்போதும் முரட்டுத்தனமானது, புண்படுத்துவது.

ஒன்டாரியோ பாடசாலைகளில், இது ஒரு பிரச்சனை என்றால் சைபர் புளியிங்கிற்கு எதிராக நடவடிக்கை எடுக்கவேண்டுமென தலைமை ஆசிரியர்கள் எதிர்பார்க்கப்படுகிறார்கள். உதாரணமாக ஒரு மாணவர் தன்னைப்பற்றி மற்றவர்களுக்கு அனுப்பப்பட்ட ஈமெயில் செய்தி தன்னை அவமதிப்பதால் அவர் பாடசாலைக்கு வர விரும்பாதிருக்கலாம்.

சீண்டுதல் எந்த வடிவிலிருந்தாலும் அது ஏற்றுக்கொள்ளப்பட மாட்டாது.

நபர்களுக்கிடையே அதிகார சமமின்மை இருக்கும்போது சீண்டுதல் நடைபெறுகிறது. "சமமின்மை" ஒரு மாணவன் வயதில் மூத்தவர், வேறொரு இனத்தவர், அதிக நண்பர்களைக் கொண்டிருப்பவர் என்பதை அர்த்தப்படுத்தலாம்.

பிரச்சினை என்பதும் சீண்டுதல் என்பதும் ஒன்றுதானா?

சிலர் சீண்டுதலும் பிரச்சினையும் ஒன்று என நினைக்கிறார்கள், ஆனால் அது உண்மையில்லை.

இருவருக்கு அல்லது பலருக்கு இடையில் இணக்கமின்மை, கருத்துவேறுபாடு அல்லது வித்தியாசமான நோக்குநிலை இருப்பது பிரச்சினையாகும். மாணவர்களுக்கிடையில் பிரச்சினை இருப்பது சீண்டுதல் என அர்த்தப்படுவதில்லை. மற்றவர்களுக்கு வேறுபட்ட கருத்துக்கள் இருக்கலாம் என்பதை பிள்ளைகள் சிறு பிராயத்திலேயே கற்றுக்கொள்கிறார்கள். இந்தத் திறமையை வளர்த்துக்கொள்வதற்கு காலம் எடுக்கும் மற்றும் இந்த வளர்ச்சி இளம் பிராயத்தின்போதும் தொடரும். (ஸ்டெப்பிங் ஸ்டோன்ஸ்: இளைஞர்கள் விருத்தியடைய ஒரு மூலவளம், பக்கம் 26).

பிரச்சினையின்போது தங்கள் கருத்துக்களைத் தெரிவிக்க யாரும் தயங்குவதில்லை, அங்கு அதிகார சமமின்மை காணப்படுவதில்லை. ஒவ்வொருவரும் தனது கருத்தை தெரிவிக்கக் கூடியவராக இருப்பார். பிரச்சினையை ஒருவர் எவ்வாறு கையாளுகிறார்க் என்பது நேர்மறையான அல்லது எதிர்மறையான விளைவுகளை உண்டுபண்ணும்.

ஒருவர் முரட்டுத்தனமாக நடந்து புண்படுத்தும் விதமாக ஒன்றை சொல்லும்போது அல்லது செய்யும்போது பிரச்சினை எதிர்மறையான தோற்றம் பெறுகிறது. இப்போது பிரச்சினை முரட்டுத்தனமான பகிர்வாக மாறிவிடுகிறது. பிரச்சினை திரும்பத் திரும்ப நடைபெறும்போதும் அதிகார சமமின்மை இருக்கும்போதும்தான் சீண்டுதலாக மாறுகின்றது. காலம் செல்லச் செல்ல முரட்டுத்தனமாக நடந்துகொள்ளும் ஒருவர் அந்த நடத்தையைத் தொடர்ந்து செய்வது அல்லது மேலும் மோசமாக்குவது போன்ற ஒரு பாணி ஏற்படக்கூடும். சீண்டுதலால் பாதிக்கப்படுபவரோ தனது கருத்துக்களை வெளிப்படுத்த முடியாதவராக தொடர்ந்து உணருவதோடு அதிகாரமற்றவராகவும் உணரத்தொடங்குவார். அப்போதுதான் எதிர்மறையான பிரச்சினை சீண்டுதலாக மாறுகிறது.

பிரச்சினைக்கும் சீண்டுதலுக்கும் ஒரு பாடசாலை வெவ்வேறு விதமாக பிரதிபலிக்கும். உதாரணமாக ஒரு பிரச்சினையின்போது சம்பந்தப்பட்ட மாணவர்களை பாடசாலைப் பணியாளர் அங்கத்தவர்கள் வரவழைத்து இரு தரப்பினரதும் கதையைக் கேட்டு சிக்கலுக்கு தீர்வுகாண முயலக்கூடும்.

சீண்டுதலின்போதோ இடைநிறுத்தம் அல்லது வெளியேற்றம் போன்றவற்றை உட்படுத்தும் தொடர் சிட்சையை தலைமை ஆசிரியர் நடைமுறைப்படுத்துவதைப்பற்றி சிந்திப்பார்.

சீண்டுதல் எவ்வளவு பெரிய ஒரு பிரச்சினையாகும்?

சீண்டுதல் ஒருபோதும் ஏற்றுக்கொள்ளப்பட முடியாததாகும். "வளர்ச்சியின் பகுதியொன்றாக" சீண்டுதல் ஒருபோதும் கருதப்படக்கூடாது. ஆராய்ச்சியும் அனுபவமும் தொடர்ந்து காட்டுவது என்னவெனில் சீண்டுதல் ஒரு முக்கியமான பிரச்சினை என்பதும் அதனுடன் தொடர்புள்ள மாணவர்கள், குடும்பங்கள், சமூகத்தில் சமநிலையில் உள்ளவர்கள், அவர்களை சுற்றியுள்ள சமூகம் ஆகியவற்றிற்கும் அதன் விளைவுகள் பாரதூரமானவை என்பதுமாகும்.

மற்றவர்களை சீண்டும் பிள்ளைகளும், துன்புறுத்தப்படும் பிள்ளைகளும் அல்லது இந்த இரு சாராருமே பல உணர்வுரீதியான, நடத்தைரீதியான, உறவுரீதியான பிரச்சினைகளுக்கு உள்ளாகும் ஆபத்தில் இருக்கிறார்கள்; இவர்களுக்கு பாடசாலையில் மட்டுமல்லாமல் வாழ்க்கை பூராகவும் ஆரோக்கியமான உறவுகளை ஏற்படுத்திக்கொள்ள பெரியவர்களின் ஆதரவு தேவைப்படுகிறது.

> மூன்றில் ஒரு பங்கு மாணவர்கள் (29 சதவிகிதம்) சீண்டுதலை அனுபவிக்கிறார்கள் என அடிக்ஷன் அன்ட் மென்டல் ஹெல்த் (CAMH) ஆல் 2011 இல் நடத்தப்பட்ட ஆய்வு காட்டுகிறது.

அல்லது மனவழுத்தம் போன்றவற்றையும் அவர்கள் எதிர்நோக்க நேரிடும். சில மாணவர்களிடம் பாடசாலைக்குச் செல்லாமை, தேர்வுப் புள்ளிகளில் வீழ்ச்சி, அல்லது பாடசாலையை விட்டு முற்றாக விலகுவது போன்றவற்றைக் காணலாம்.

மற்றவர்களை கலங்கவைக்க அதிகாரத்தையும் முரட்டுத்தனத்தையும் உபயோகிக்கும் பிள்ளைகளும் பதின்மவயதினருக்கும் பொதுவான விஷயங்களில் சரி எது பிழை எது என்பதில் அக்கறையில்லாமல் போகக்கூடும். இதனால், இவர்கள் மற்றவர்களை துஷ்பிரயோகம் செய்பவர்களாக வளரக்கூடும். ஆகவே, கூடிய விரைவில் சீண்டுதலை நிறுத்த இவர்களுக்கு உதவி வழங்கப்படவேண்டும்.

ஆண்பிள்ளைகளும் பெண்பிள்ளைகளு ஒரேமாதிரியாகவா சீண்டுகிறார்கள்?

ஆண்பிள்ளைகள் பெண்பிள்ளைகள் இருவருமே சீண்டுபவர்களாக இருக்கலாம். ஆண்பிள்ளைகள் சரீர ரீதியாக சீண்டுபவர்களாக இருக்கும் சமயம், பெண்பிள்ளைகள் பொதுவாக மறைமுகமான முறைகளைக் கையாள்வார்கள். உதாரணமாக சகமாணவர்களைப்பற்றி வம்புபேசுவது அல்லது அவர்களை குழுக்களில் இருந்தோ நிகழ்வுகளில் இருந்தோ ஒதுக்குவதன்மூலம் அவர்களைத் தனிமைப்படுத்துவது. வயது செல்லச் செல்ல ஆண்பிள்ளைகள், பெண்பிள்ளைகள் இருவருமே வார்த்தை மற்றும் சமூகரீதியில் சீண்டுவதற்கு அதிகவாய்ப்பு இருக்கிறது.

எனது பிள்ளை அல்லது பருவவயதுப் பிள்ளை சீண்டப்படுவதை நான் எப்படி அறிந்துகொள்வது?

“சீண்டுதல்” என்ற வார்த்தையை ஒரு இளம்பிள்ளை அறியாதிருக்கலாம்; ஆயினும் தன்னுடன் ஒருவர் கடுமையாக இருப்பதையோ துன்புறுத்துவதையோ அல்லது தன்னை அச்சம்கொள்ளவோ துயரம்கொள்ளவோ செய்வதை உணர்ககூடிய தன்மையை அவன் கொண்டுள்ளான். அதைப்பற்றி உங்களிடம் பேசாதபோதிலும் உங்கள் பிள்ளை சீண்டப்படுவதற்கான அறிகுறிகள் இருக்கின்றன. உங்களுக்குப் பிள்ளை அதைக் கூறாதிருக்கக் காரணம், அவ்வாறு “கூறுவதால்”, “கோள்சொல்லுவதால்” அல்லது நட்புக்குத் “துரோகம்” செய்வதால் நிலமையை தான் மோசமடையச் செய்யலாம் என்ற கவலையாக இருக்கலாம்.

கோள்மூட்டுதலும் கூறுதலும்	
கோள்மூட்டுதல்	**கூறுதல்**
ஒருவரை சிக்கலில் மாட்டிவிட அவரைப்பற்றி பிறரிடம் சொல்வது கோள்மூட்டுதலாகும்.	நீங்கள் அல்லது உங்களுக்குத் தெரிந்த ஒருவர் புண்படும்போது அல்லது உங்களின் அல்லது அவர்களின் பாதுகாப்பாக இருப்பதற்கான உரிமை பறிக்கப்படும்போது உதவிக்காக மற்றாவர்களிடம் பேசுவது.

(ஒன்டாரியோ டீச்சர்ஸ் ஃபெடரேஷன் (OTF) மற்றும் Le Centre Ontarien de prévention des agressions (COPA), பாதுகாப்பான பாடசாலைகளை உருவாக்குதல், ஜனவரி 2012, பக்கம். 56)

உங்கள் பதின்மவயதினரும் பிரச்சினை இருப்பதை உங்களுக்கு கூறாதிருக்கலாம். அத்தகைய நடத்தையை விவரிக்க “சீண்டுதல்” என்பதைவிட “தொந்தரவு” எனும் வார்த்தையை அவன் உபயோகிக்கக் கூடும். பதின்ம வயதினர் அநேகமான விடயங்களை தாமே கையாள விரும்புவர் – ஏனெனில் நீங்கள் கவலைப்படக்கூடும், தங்கள் செல் ஃபோனை நீங்கள் எடுத்துவிடகூடும் என அவர்கள் நினைக்கலாம் அல்லது பெற்றோரில் ஒருவர் தலையிடுவதால் வெட்கமடையலாம்.

அவன் அதைப் பற்றிப் பேசாவிடினும் உங்கள் பிள்ளை சீண்டப்படுகிறான் என்பதற்கு அறிகுறிகள் உள்ளன. கவனிக்கவேண்டிய சில அறிகுறிகள் இதோ:

- சீண்டப்படும் சிறுவர்கள் பாடசாலைக்குச் செல்வதை விரும்பாதிருக்கலாம் அல்லது பாடசாலை நடைபெறும் நாட்களில் அழலாம் அல்லது நோயுறலாம்.
- ஏனைய பாடசாலை மாணவர்களுடனான செயல்பாடுகள் அல்லது சமூக நிகழ்வுகள் போன்றவற்றில் கலந்துகொள்வதைத் தவிர்க்கலாம்.
- அவர்களுடைய நடத்தை சாதாரணமாக இருப்பதைவிட வேறுபடலாம்.
- திடீரெனப் பணத்தை அல்லது சொந்தப் பொருட்களைத் தொலைக்கலாம், அல்லது கிழிந்த ஆடைகளுடனோ உடைந்த பொருட்களுடனோ வீட்டிற்குவரலாம், மற்றும் அர்த்தமற்ற விளக்கங்களை அளிக்கலாம்.
- சீண்டப்படும் அல்லது தொந்தரவுக்குள்ளாகும் பதின்ம வயதினர் பாடசாலையைவிட்டு விலகுவதைப் பற்றிப் பேசலாம், அத்துடன் ஏனைய பாடசாலை மாணவர்களுடனான செயற்பாடுகளைத் தவிர்க்க ஆரம்பிக்கலாம்.

எனது பிள்ளை சீண்டப்படுகிறான். நான் என்ன செய்யவேண்டும்?

- உங்கள் பிள்ளை கூறுவதைக் கேட்டு அவன் பாதுகாப்பாக இருப்பதற்கான உரிமையைக் கொண்டுள்ளான் என்று நம்பிக்கை அளியுங்கள்.
- உண்மைகளைத் தெளிவாக அறிந்துகொள்ளுங்கள். எப்போது என்ன நடந்தது என்பதைப் பற்றி குறிப்பெடுங்கள்.
- கோள் சொல்வதற்கும் அறியப்படுத்துவதற்கும் உள்ள வேறுபாட்டை உங்கள் பிள்ளை தெரிந்துகொள்ள உதவுங்கள். அறியப்படுத்துவதற்கு தைரியம் வேண்டும். அறியப்படுத்துவது இன்னொரு மாணவருக்கு பிரச்சினை உண்டாக்குவதற்கல்ல, எல்லா மாணவர்களையும் பாதுகாக்கவேயாகும்.
- உங்கள் பிள்ளையினுடைய/பதின்மவயதினருடைய ஆசிரியர் அல்லது உங்கள் பிள்ளையின்/பதின்மவயதினரின் நம்பிக்கைக்குரிய வேறொரு ஆசிரியர், பாடசாலைத் தலைவர் அல்லது உபதலைவருடன் சந்திப்பதற்கு ஏற்பாடுசெய்யுங்கள்.
- கடினமாக இருந்தபோதும் அமைதியாக இருக்க முயற்சிப்பதால் உங்கள் பிள்ளைக்கு ஆதரவு கொடுக்கவும் தகுந்த நடவடிக்கை எடுக்க திட்டமிடவும் நீங்கள் உதவலாம்.
- உங்கள் பிள்ளையின் நடத்தையைக் கவனியுங்கள். பாடசாலைப் பணியாளர்களுடனான சந்திப்பிற்குப் பின்னரும் சீண்டுதல் நிற்காவிட்டால் மீண்டும் சென்று பாடசாலைத் தலைமை ஆசிரியருடன் உரையாடுங்கள். சந்திப்பின்போது சீண்டுதலை நிறுத்துவதற்கென ஏற்றுக்கொள்ளப்பட்ட படிமுறைகளை உறுதிப்படுத்துங்கள்.
- பாடசாலை முடிந்தபின் நடக்கும் நிகழ்வுகளின்போது அல்லது விளையாட்டுப் பயிற்சியின்போது சீண்டுதல் நடைபெறப்போகிறதெனில் ஆசிரியருடன் அல்லது பயிற்சியாளருடன் பேசுங்கள்.
- சீண்டுதல் குற்றவியல் சம்பந்தப்பட்டதாயின், அதாவது பாலியல் வன்முறை, ஆயுதப் பாவிப்பு, அல்லது உங்கள் பிள்ளையின் பாதுகாப்பு பாடசாலையிலின்றி சமூகத்தில் அச்சுறுத்தப்படுவதாயின் போலீசாரிடம் முறையிடுங்கள்.

அனுதாபம் என்பது மற்றவர்களின் உணர்ச்சிகளை அறியவும் அவற்றில் பங்குகொள்ளவும் உதவும் திறன். இது வளரிழமைப் பருவத்தின் கடைசியில் தோன்றுகிறது. பிள்ளை பெரியவனாகும்போது இந்த உணர்வு முழுமையடைகிறது. மற்றவர்கள் குழம்பியிருப்பதைக் காணும்போது பிள்ளைகள் குழம்புகிறார்கள்; இது பிள்ளைப் பிராயத்திற்குரிய அனுதாபத்தின் ஆரம்பகட்டமாகும்.

(ஸ்டெப்பிங் ஸ்டோன்ஸ்: இளைஞர்கள் விருத்தியடைய ஒரு மூலவளம், பக்கம் 25).

சீண்டுதலை எதிர்கொள்ள என் பிள்ளைக்கு நான் எப்படி உதவுவது?

பாடசாலையுடன் சேர்ந்துழைப்பதன் மூலம் உங்கள் சிறுபிள்ளைக்கு அல்லது பதின்மவயதினருக்கு சீண்டுதலைக் கையாளுவதற்கு உதவிசெய்து, நீங்கள் ஒரு முன்னோடியாக இருக்கிறீர்கள்; அத்துடன் சீண்டுதல் தவறானது என்ற செய்தியையும் தெரிவிக்கிறீர்கள்.

உங்கள் பிள்ளை எந்த வயதினரானாலும் உங்களுடன் உரையாடுவதற்கு ஊக்குவிப்பதுடன் பின்வரும் ஆலோசனைகளையும் கூறி உதவலாம்:

- அமைதியாக இருந்து அந்த இடத்தைவிட்டு விலகிச்செல்லுங்கள்.
- ஒரு பெரியவரிடம் பேசவும் – ஆசிரியர், தலைமையாசிரியர், பாடசாலை பஸ் சாரதி அல்லது சாப்பாட்டு அறை கண்காணிப்பாளர் – என்ன நடந்தது எனச் சொல்லவும் அல்லது அநாமதேயமாக அறிவிக்கவும்.
- நீங்கள் தனிமையாக இருப்பதாக உணராமல் இருக்க உங்கள் சகோதரன் அல்லது சகோதரி அல்லது நண்பனுடன் பேசுங்கள்.
- கிட்ஸ் ஹெல்ப் ஃபோனை அழையுங்கள் 1-800-668-6868 அல்லது **www.kidshelpphone.ca** ஐக் காண்க.

எனது பிள்ளை மற்றவர்களைச் சீண்டுவது சாத்தியமாகுமா?

சீண்டுதல் செய்யும் பிள்ளைகள் சில சமயங்களில் வீட்டிலும் பாடசாலையிலும் அவ்வாறு நடக்கிறார்கள். உங்கள் வீட்டிற்குள் என்ன நடக்கிறதெனக் கவனியுங்கள். உங்கள் பிள்ளைகளில் ஒன்று தன் சகோதரனை சீண்டுகிறான் என்பதற்கான அறிகுறிகள் தென்படுகின்றனவா?

சீண்டுதல் செய்யும் பிள்ளைகள் சில சமயங்களில் முரட்டுத்தனமாகவும் குழப்பம் செய்யும் விதமாகவும் நடந்து வீட்டுச் சட்டங்களை மதிக்காமல் இருப்பார்கள். உங்கள் பிள்ளை மற்றவர்களை சீண்டுகிறான் என நீங்கள் நினைத்தால், அவன் சகோதரர்களுடன், உங்களுடன், வீட்டுக்கு வரும் நண்பர்களுடன் எவ்வாரு நடக்கிறான் எனக் கவனியுங்கள். அவன் முரட்டுத்தனமாக, விடாப்பிடியாக அல்லது அனுதாபமின்றி நடந்தால் – இவன் பாடசாலையிலும் மற்றவர்களைச் சீண்டுகிறான் என்பதற்கு இதுவும் அறிகுறியாக இருக்கலாம்.

மற்றப் பிள்ளைகளை சரீரரீதியாக சீண்டும் பிள்ளைகளுக்கும் காயங்கள், சிராய்ப்புகள் மற்றும் கிழிந்த ஆடைகளுடன் வீட்டுக்கு வரலாம். இவர்களிடம் திடீரென வழக்கத்தைவிட அதிகமாக செலவளிப்பதற்கு பணமோ சாதாரணமாக வாங்கிக்கொள்ள முடியாத விலைகூடிய புதிய பொருட்களோ காணப்படலாம். அத்துடன் இவர்கள் ஏனைய மாணவர்களைப் பற்றி சண்டித்தனமாய்ப் பேசலாம்.

ஒரு சிறுபிள்ளையின் அல்லது பதின்ம வயதினரின் வாழ்வில் ஏற்படும் பெரிய மாற்றங்கள், குழப்பங்கள், அல்லது இழப்புகளின் விளைவாகவோ அல்லது ஒரு நீடித்த காலப்போக்கிலோ பிறரைச் சீண்டும் நடத்தை தோன்றலாம். உங்கள் பிள்ளைகளில் யாருக்காவது இவ்வாறான அனுபவம் அண்மையில் ஏற்பட்டதா?

உங்கள் வீட்டில் பிரச்சினைகளும் சச்சரவுகளும் எவ்வாறு கையாளப்படுகின்றன என்று சிந்தியுங்கள். நீங்கள் விடயங்களை நேர்மறையான முறையில் பேசி கையாள்கிறீர்களா? சீண்டுதலை அனுமதிக்காமல் இருப்பதற்கான முக்கியமான முறை வன்முறையோ ஆத்திரமோ இல்லாமல் பிரச்சினைகளைச் சமாளிப்பதெப்படி என்று நீங்கள் சிறந்த முன்னுதாரணமாக இருந்து உங்கள் பிள்ளைகளுக்கு காட்டுவதாகும்.

சீண்டுதல் என்றால் என்ன என்பதை பிள்ளைக்குச் சொல்வது முக்கியம். பல்வகைப்பட்ட சீண்டுதல்களைப்பற்றி பிள்ளைக்கு விளக்கி அது புண்படுத்துவது மற்றும் பாதிப்பு விளைவிப்பது எனச்சொல்லுங்கள். தீண்டுதல் செய்வது தவறென்றும் எந்த சூழ்நிலையிலும் அது அனுமதிக்கப்படாது என்பதையும் பிள்ளைக்குத் தெரிவியுங்கள்.

சீண்டுதலையும் வேறு சம்பவங்களையும் பாடசாலைகள் எவ்வாறு கையாளுகின்றன?

சீண்டுதல் செய்யும் மாணவர்கள், அது நேரடியாகவோ அல்லது இணையத்தளத்திலோ, வேறுபட்ட விளைவுகளைச் சந்திக்கக்கூடும்.

சீண்டுதலுக்கு எதிராக நடவடிக்கை எடுக்கப்படும்போது, தலைமை ஆசிரியர்கள் தொடர் சிட்சை எனும் அணுகுமுறையைப் பாவிக்கிறார்கள். ஒன்டாரியோவின் தொடர் சிட்சைக் கொள்கையானது, மாணவர்கள் தங்கள் நடத்தையிலிருந்து கற்றுக்கொள்வதற்கு உதவும் பல்வேறு தெரிவுகளை தலைமை ஆசிரியருக்கு வழங்குகிறது. சில உதாரணங்கள் பின்வருமாறு:

- புண்படுத்தும் அல்லது அவமரியாதையான பேச்சுக்காக மன்னிப்புக் கேட்பது
- மாணவர்களிடம் எதிர்பார்க்கப்படுபவைபற்றி மீழ்பார்வைசெய்வது
- பெற்றோரைச் சந்திப்பது
- கோபத்தைக் கட்டுப்படுத்துவதற்கான ஆலோசனை
- மாணவரை பாடசாலையிலிருந்து இடைநிறுத்தம் செய்வது.

மோசமான சம்பவங்களின்போது, மாணவன் ஏற்கெனவே சீண்டுதலுக்காக இடைநிறுத்தம் செய்யப்பட்டிருந்தால் மற்றும் மற்றொரு நபருக்கு, ஏற்றுக்கொள்ளப்பட முடியாத ஆபத்தைத் தருபவனாக இருந்தால் அவனைப் பாடசாலையிலிருந்து வெளியேற்றும்படி தலைமையாசிரியர் பரிந்துரை செய்யலாம். இந்த சட்டம் ஆரம்பக் கல்வி மற்றும் நடுநிலைக் கல்வி மாணவர்கள் ஆகிய இருவருக்கும் பொருந்தும்.

தகாத நடவடிக்கை மேலும் மோசமாகாதபடி இருக்கவும் மற்ற மாணவர்கள் மீது பாதிப்பை ஏற்படுத்தாமல் இருக்கவும், பாடசாலையில் பாதுகாப்புபற்றி அவர்கள் கவலைகொள்ளாதிருக்கவும் இந்த தொடர் சிட்சைமுறை உதவுகிறது. இது மாணவர்கள் மத்தியில் நல்ல நடத்தையை ஊக்குவிக்கிறது, மாணவர்கள் தங்கள் நடத்தைக்கு தாங்களே பொறுப்பு எனக் கற்பிக்கிறது மற்றும் மற்றவர்களுடன் பழகும் விதத்தில் நல்ல புதிய வழிகளை கற்றுக்கொள்ள உதவுகிறது.

சீண்டுதலில் ஈடுபட்ட எல்லா மாணவர்களுக்கும் பாடசாலை மூலம் ஆதரவுகிடைக்கும்: சீண்டுதலால் பாதிக்கப்பட்ட மாணவர்கள் சீண்டுதல் நடத்தையில் ஈடுபட்ட மாணவர்கள், மற்றும் இந்த நடத்தையைக் கண்ணால் கண்ட சாட்சிகள்.

எல்லா பாடசாலைகளும் சபைகளும் பின்வருவனவற்றை கொண்டிருக்கவேண்டுமென எதிர்பார்க்கப்படுகிறது:

- சீண்டுதலைத் தவிர்ப்பதற்கும் கையாளுவதற்குமான கொள்கைகள்
- சீண்டுதலைத் தவிர்ப்பதர்கும் தலையிடுதலுக்கான திட்டங்கள்
- தொடர் சிட்சை, சமநீதி மற்றும் அனைவரையும் உள்ளடக்கும் கல்வி ஆகியவற்றிற்கான கல்வி.

சீண்டுதல் போன்ற மோசமான சம்பவங்களை தலைமை ஆசிரியரிடம் அறிவிக்கும்படி எல்லா சபை அங்கத்தினரிடமும் எதிர்பார்க்கப்படுகிறது. சீண்டுதல் சம்பந்தமான எல்லா முறைப்பாடுகளையும் தலைமை ஆசிரியர் விசாரணை செய்யவேண்டுமென எதிர்பார்க்கப்படுகிறார்.

சீண்டுதல் உட்பட, பாடசாலையில் எதிர்மறையான பாதிப்பை ஏற்படுத்தக்கூடிய தகாத அல்லது அவமரியாதையான நடவடிக்கைகளையும் நிறுத்துவதற்கு செயல்ப்படவேண்டுமென, மாணவர்களுடன் நேரடியாக வேலைசெய்யும் ஆசிரியர்கள், சமூகப் பணியாளர்கள் மற்றும் வழிமுறை ஆலோசகர்கள் ஆகியோர் எதிர்பார்க்கப்படுகிறார்கள்.

சீண்டுதலுக்குள்ளான, சீண்டுதல் செய்த, கண்ணால் கண்ட சாட்சிகளுக்கு திட்டங்கள், தலையீடுகள் அல்லது வேறு ஆதரவுகளை பாடசாலை சபைகள் வழங்கவேண்டுமென எதிர்பார்க்கப்படுகிறது.

www.edu.gov.on.ca/eng/safeschools/reportingResponding.html என்ற அமைச்சுவின் இணையத்தளத்தில், "ரிப்போர்ட்டிங் அன்ட் ரெஸ்போன்டிங்" என்ற பகுதியில், பாடசாலை சம்பவங்களை பணியாளர்கள் கையாளுவது பற்றி மேலதிக தகவலைக் காணலாம் அல்லது பாடசாலை மூலமாகக் கிடைக்கும் சேவைகளைப்பற்றி தெரிந்துகொள்ள தலைமை ஆசிரியருடன் பேசவும்.

சீண்டுதலுக்குள்ளான மற்றும் சீண்டுதல் செய்த மாணவர்களின் பெற்றோர்களை தலைமை ஆசிரியர் தொடர்புகொண்டு பின்வருவனவற்றை தெரிவிக்கவேண்டும்:

- என்ன நடந்தது
- மாணவருக்கு என்ன பாதிப்பு ஏற்பட்டது
- சம்பவத்தினால் உண்டான சிட்சை உட்பட மாணவரின் பாதுகாப்பை உறுதிப்படுத்த எடுக்கப்பட்ட படிகள்
- சம்பவத்தின் விளைவாக மாணவருக்கு என்ன ஆதரவு வழங்கப்படுகிறது.

மேலதிகமாக:

- தலைமையாசிரியர் பெற்றோரை அழைத்து பிள்ளைக்கு வழங்கப்படும் ஆதரவைப் பற்றி கலந்துபேசவேண்டும்.

எனது பிள்ளை சீண்டப்படுகிறதென்றால், பாடசாலையிடமிருந்து நான் எதை எதிர்பார்க்கலாம்?

நீங்கள், மாணவர்கள் மற்றும் ஏனையவர்கள் அநாமதேயமான முறையில் சீண்டுதல் முறைப்பாடுகளைச் செய்வதற்கு ஒரு படிமுறையை பாடசாலை கொண்டிருக்கவேண்டும்.

உங்கள் பிள்ளைபற்றி உங்களுக்கு கவலையிருந்தால் அல்லது வெறுமனே மேலதிக தகவலைப் பெற விரும்பினால், பின்வருவனவற்றைக் கேளுங்கள்:

- பாடசாலை சபையின் சீண்டுதலைத் தவிர்த்தல் மற்றும் தலையிடுதலுக்கன கொள்கைகள்.
- பாடசாலையில் ஆசிரியர்கள், மாணவர்கள் மற்றும் ஏனைய அங்கத்தினர்கள் ஒருவரோடு ஒருவர் எவ்வாறு நடந்துகொள்ளவேண்டும் என்பதைச் சுட்டிக்காட்டும் பாடசாலையின் நெறிகளுக்கான தொகுப்பு.

- பாடசாலை மற்றும் சபையின் சீண்டுதலை தடுத்தலும் தலையிடுதலும் பற்றிய திட்டம். இந்த ஆவணம் பிரச்சினையைத் தீர்க்க பாடசாலைப் பணியாளர்கள் என்ன செய்யலாமெனக் காட்டும்.
- பாடசாலையின் சூழ்நிலைபற்றிய ஆய்வின் முடிவுகள். இந்த அநாமதேய ஆய்வு பாடசாலையின் பாதுகாப்புப் பற்றிய மதிப்பீடுகளைச் செய்கிறது; பின்பு சீண்டுதலைத் தவிர்க்கவும் பாதுகாப்பனதும் அனைவரையும் ஏற்கும் பாடசாலைச் சூழலை ஊக்குவிப்பதற்குமான முடிவுகளை எடுக்க இது உதவும். ஆய்வுகள் குறைந்த பட்சம் இரண்டு வருடங்களுக்கு ஒருமுறை செய்யப்படவேண்டும்.

உங்கள் பிள்ளை சீண்டப்படுகின்றான் என்பது பணியாளர்களுக்குத் தெரியவந்தால், பாடசாலை உங்களைத் தொடர்புகொள்ளுமென நீங்கள் எதிர்பார்க்கலாம். உங்கள் பிள்ளையின் ஆசிரியர் அல்லது பிள்ளையின் நம்பிக்கைக்குரிய ஆசிரியர் பிரச்சினையைத் தீர்ப்பதற்கான ஒரு திட்டத்தை கொண்டிருக்கக்கூடும் என்பதாக நீங்கள் காணலாம்.

மாணவனின் அந்தரங்கத் தன்மையைப் பாதுகாக்கும் அதேவேளையில், உங்கள் பிரச்சினையை முழுமையாக விசாரிக்க எல்லா முயற்சிகளையும் பாடசாலை எடுக்கவேண்டுமென எதிர்பார்க்கப்படுகிறது.

சீண்டுதலில் ஈடுபட்ட எல்லா மாணவர்களுக்கும் பாடசாலை மூலம் ஆதரவுகிடைக்கும்: சீண்டுதலால் பாதிக்கப்பட்ட மாணவர்கள் சீண்டுதல் நடத்தையில் ஈடுபட்ட மாணவர்கள், மற்றும் இந்த நடத்தையைக் கண்ணால் கண்ட சாட்சிகள்.

பிள்ளைக்கு வழங்கப்படும் ஆதரவு குறித்து உங்களுக்கு கவலை இருந்தால், நீங்கள் பின்பற்றுவதற்கு ஒரு படிமுறையை பாடசாலை கொண்டிருக்கும். பாடசாலையின் முயற்சி உங்களுக்கு திருப்தியளிக்காவிட்டால், நீங்கள் பாடசாலை சபையின் மேற்பார்வை அதிகாரியை தொடர்புகொள்ளலாம்.

அத்துடன் நீங்கள் பாடசாலையில் உள்ள சேஃப் அன்ட் அக்செப்டிங் ஸ்கூல்ஸ் டீம் இல் இணைவதைப்பற்றி சிந்திக்கலாம். பாதுகாப்பான மற்றும் அனைவரையும் ஏற்றுக்கொள்ளும் பாடசாலை சூழலை உருவாக்குவது இந்தக் குழுவின் பொறுப்பாகும். தலைமை ஆசிரியர், குறைந்தபட்சம் ஒரு பெற்றார், பாடசாலைப் பணியாளர், ஒரு மாணவர் மற்றும் ஒரு சமூகப் பங்காளர் ஆகியோரை இது கோண்டிருக்கும்.

என் பிள்ளையாவது சீண்டுதலில் ஈடுபடாமல் இருக்கிறாரே ...

சீண்டுதல் நடக்கும்போது எல்லோருமே துன்பப்படுகிறார்கள். அத்துடன் இதைத் தடுப்பதற்கு எல்லோருமே உதவலாம். 85 வீதமான சந்தர்ப்பங்களில் சாட்சிகளின் முன்னாலேயே சீண்டுதல்கள் நடைபெறுகின்றது. இதை கண்ணால் பார்ப்பவர்களும் பாதிக்கப்படுகிறார்கள். சீண்டுதலுக்கு தாமே இலக்காகக்கூடும் அல்லது அதற்கு இலக்கானவர்களின் நிலைமையை மேலும் மோசமடையச் செய்யக்கூடும் என்ற பயத்தால் பார்த்துக்கொண்டிருப்பவர்கள் குறுக்கிடுவதில்லை. ஆனால் அவர்கள் சீண்டுதலை அநாமதேயமான முறையில் முறைப்பாடு செய்யலாம்.

சீண்டுதல் ஏற்றுக்கொள்ளப்படாதது என்றும் வயது வந்த ஒருவரிடம் தெரியப்படுத்துவதால் அல்லது அநாமதேயமான முறையில் முறைப்பாடு செய்வதன்மூலம் அதைத் தடுக்கலாம் என்றும் பிள்ளை புரிந்துகொள்ள நீங்கள் உதவலாம்.

நலமான உறவுகளை வளர்ப்பது சீண்டுதலை நிறுத்த உதவும்

சீண்டுதலைத் தவிர்ப்பதும் தலையீடு செய்வதும் வெறுமனே சீண்டுதலை ஒழிப்பது பற்றியதல்ல.

இது நலமான உறவுகளை மேம்படுத்துவதைப் பற்றியதுமாகும். நலமான உறவுகள் என்பது, நேரிலும் சரி இணையத்தளத்திலும் சரி ஒருவரோடு ஒருவர் மதிப்புமிக்க விதத்தில் பழகுவதைக் குறிக்கிறது. வாழ்க்கையின் எல்லா அம்சங்களிலும் மாணவர்கள் நலமான, பாதுகாப்பான மதிப்பும் பாசமும் கொண்ட உறவுகளை வளர்ப்பதே இதன் குறிக்கோளாகும்.

ஆசிரியர்கள், பெற்றோர் மற்றும் ஏனைய பெரியவர்கள் நலமான உறவுகள் என்றால் என்ன என்பதை தங்கள் வாழ்க்கையின் மூலம் பிள்ளைகளுக்கு கற்பிக்கிறார்கள். பிள்ளைகள் பெரியவர்களுடன் நல்ல உறவுகளை வைத்திருப்பது ஏனைய பிள்ளைகளிடமும் நல்ல உறவுகளில் விளைவடைகிறது.

நல்ல உறவுகளைப் பேணும் மாணவர்கள் மிகவும் அரிதாகவே சீண்டுதலில் ஈடுபடுகிறார்கள். இவர்கள் சீண்டுதல் செய்யப்படும் மாணவர்களுக்கு உதவியளித்து, தங்களுடைய கல்வி சார்ந்த இலட்சியங்களை மேம்பட்ட முறையில் அடைகிறார்கள். நலமான உறவுகளை ஊக்குவிப்பது பாதுகாப்பான மற்றும் அனைவரையும் ஏற்றுக்கொள்ளும் பாடசாலைச் சூழலை உருவாக்குவதிலும் சீண்டுதலைத் தவிர்ப்பதிலும் முக்கிய பங்கு வகிக்கிறது.

ஒன்டாரியோ பாடசாலைகள் பாதுகாப்பனதாகவும் அனைவரையும் ஏற்பதாகவும் இருக்க நாங்கள் எவ்வாறு உதவுகிறோம்

மாணவர்கள் வெற்றிபெற்றிட, கற்பதற்கும் கற்பிப்பதற்கும் பாதுகாப்பான மற்றும் நலமான ஒரு பாடசாலை சூழல் அவசியம்.

மேற்கொண்டு கற்றுக்கொள்ளவும்:

- **சேஃப் ஸ்கூல் ஸ்ட்ராட்டஜி.** இந்த விரிவான உபாயமானது ஒவ்வொரு பாடசாலையிலும் ஒரு பாதுகாப்பான அனைவரையும் ஏற்கும் பாடசாலைக் குழு, பாடசாலை மூலவளங்கள், ஆசிரியர்களுக்கும் தலைமை ஆசிரியர்களுக்கும் பயிற்சி மற்றும் கிட்ஸ் ஹெல்ப் ஃபோன் உடன் ஒரு பங்கு ஆகியவற்றை உள்ளடக்கும். **www.ontario.ca/acceptingschools**
- **ஸ்கூல் க்ளைமேட் சர்வே ஃபொர் பேரன்ட்ஸ்.** இந்த ஆய்வு **www.edu.gov.on.ca/eng/safeschools/climate.html** இல் 22 மொழிகளில் கிடைக்கப்பெறும்.
- **ஒன்டாரியோஸ் அப்ரோச் ஃபொர் டிஸ்ஸிபிளின்.** "தொடர் சிட்சை" முழுப் பாடசாலையையும் உட்படுத்தி, நலமான ஒரு சூழலை ஊக்குவிக்கிறது. இது மாணவர்களின் தகாத நடத்தைக்கு பொருத்தமான ஒரு நடவடிக்கையை எடுக்க தலைமை ஆசிரியர்களுக்கு உதவுகிறது. அத்துடன் நல்ல நடத்தையை ஊக்குவிக்க பல ஆதரவுகளை அளிக்கிறது. பின்வரும் இணையத்தளத்தில் இந்தக் கொள்கை விவரிக்கப்பட்டுள்ளது **www.edu.gov.on.ca/extra/eng/ppm/145.pdf**
- **கோட் ஒஃப் கொன்டக்ட்.** மாணவர்கள், பெற்றோர், பாடசாலைப் பணியாளர் மற்றும் சமூகப்பங்காளர்கள் உட்பட அனைவரிடமும் எதிர்பார்க்கப்படும் பங்குகளையும் பொறுப்புகளையும் ஒன்டாரியோவின் நடத்தைக்கான சட்டத்தொகுப்பு விளக்குகிறது. **www.edu.gov.on.ca/eng/safeschools/code.html**
- **ஒன்டாரியோஸ் பொலிசி ஒன் புளியிங் ப்ரிவென்ஷன் அன்ட் இன்டர்வென்ஷன்.** சீண்டுதலைத் தடுத்தல் மற்றும் தலையீட்டுக் கொள்கையை உருவாக்குதல் பற்றியதில் பாடசாலை சபைகளிடம் என்ன எதிர்பார்க்கப்படுகிறது என்பதை இது விளக்குகிறது. **www.edu.gov.on.ca/extra/eng/ppm/144.pdf**
- **எக்குவிட்டி அன்ட் இன்க்ளூசிவ் எடுகேஷன் ஸ்ட்ராட்டஜி.** ஒன்டாரியோ பாடசாலைகளில் அமைச்சு, பாடசாலை சபைகள் மற்றும் பாடசாலைகள் எவ்வாறு சமநீதியையும் அனைவரையும் ஏற்கும் கல்வியையும் ஆதரிக்கின்றது என்பதை விளக்குகிறது. **www.edu.gov.on.ca/eng/policyfunding/equity.html**
- **ப்ரிமியர்ஸ் அவார்ட் ஃபொர் அக்செப்டிங் ஸ்கூல்ஸ்.** பாதுகாப்பான மற்றும் அனைவரையும் ஏற்கும் பாடசாலைச் சூழலை உருவாக்குவதில் திறமையாகவும் புதிய முறைகளிலும் செயல்ப்படும் 10 வரையிலான பாடசாலைகளை இந்த விருது கௌரவிக்கும். **www.edu.gov.on.ca/eng/safeschools/award.html**
- **கிட்ஸ் ஹெல்ப் ஃபோன்.** இந்த அந்தரங்கமான ஆலோசனைச் சேவை 24/7 லும் கிடைக்கப்பெறும். **www.kidshelpphone.ca** ஐப் பார்க்கவும் அல்லது **1-800-668-6868** ஐ அழைக்கவும்.

மேலதிக தகவல்:

- **பெற்றோர்களுக்கு சீண்டுதல் பற்றிய மூலவளம், PREVNet (Promoting Relationships and Eliminating Violence Network)** ஆல் உருவாக்கப்பட்டது. **www.prevnet.ca/BullyingResources/ResourcesForParents/tabid/390/Default.aspx**

- **பெற்றோருக்கு உதவி – பருவ வயதினருக்கு: பருவ வயதினர் வெற்றியடைய பெற்றோர் என்ன செய்யலாம்.** இது பெற்றோர்கள் தங்கள் பருவ வயதுப் பிள்ளைகளுக்கு பாடசாலை விடயத்தில் ஆதரவும் ஊக்கமும் அளிக்க உதவும் குறிப்புகள், ஆலோசனைகள் மற்றும் மூலவளங்களை கொண்டது. **www.ontariodirectors.ca/Parent_Engagement/Parent_Engagement.html**

- **சேஃப் அட் ஸ்கூல்.** ஆசிரியர்கள் மற்றும் பாடசாலை பணியாளர்களுக்கான பயிற்சி மூலவளம் உட்பட சீண்டுதலைத் தவிர்த்தல், சமநீதி, அனைவரையும் ஏற்கும் கல்வி போன்ற தகவலை இந்த இணையத்தளம் வழங்குகிறது.. **www.safeatschool.ca**

- **ஸ்டெப்பிங் ஸ்டோன்ஸ்: இளைஞர் மேம்பாடுபற்றிய மூலவளம்.** இது பிள்ளைகள் மற்றும் இளைஞர் சேவை அமைச்சுவினால் உருவாக்கப்பட்டது. 12 தொடங்கி 25 வரையான இளைஞர்களின் வளர்ச்சிப் படிகளைப் பற்றிய மேற்பார்வையை இது வழங்குவதோடு அவர்களின் தேவைகளுக்கு நாம் எவ்வாறு பிரதிபலிக்கலாம் என்பதையும் காட்டுகிறது. **www.ontario.ca/steppingstones**

பாதுகாப்பான அனைவரையும் ஏற்கும் பாடசாலைகள் பற்றி மேலும் கற்றுக்கொள்ளுங்கள் **www.ontario.ca/acceptingschools**

இந்தச் சிற்றேட்டையும் பல மொழிகளில் பெற்றோருக்கான தகவலையும் இங்கே காண்க **www.ontario.ca/EDUparents**

ஆங்கிலம் மற்றும் ஃபிரென்சில் சேர்விஸ் ஒன்டாரியோ மூலமாக இந்தச் சிற்றேட்டின் அச்சுப் பிரதிகளைப் பெறலாம் **www.ontario.ca/publications**

ISBN 978-1-4606-1325-2 (PDF) (Tamil) © ஒன்டாரியோவுக்கான குயீன்ஸ் ப்ரின்டர், 2013

Ontario