

பிறரை துன்புறுத்துதல் என்றால் என்ன?



பாதுகாப்பற்ற தொடுதல்

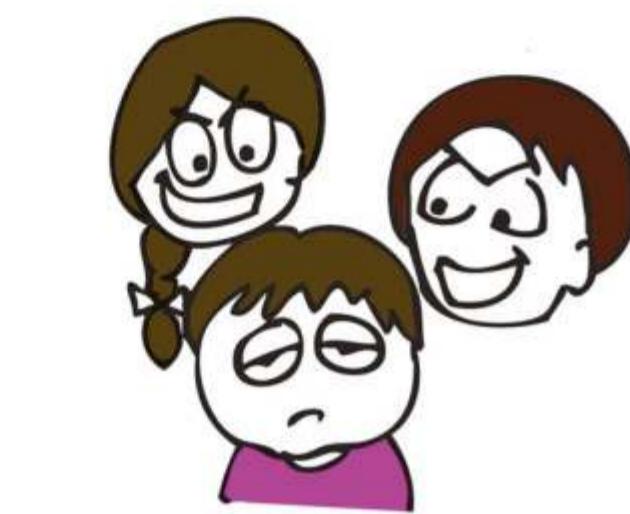
பிறரது பொருட்களை அனுமதி இல்லாமல் எடுத்துக் கொள்வது அல்லது சேதப்படுத்துவது.



எதனால் நீ மற்றவர்களை துன்புறுத்துகிறாய்?

பிறரது கவனத்தை தன் பக்கம் திருப்ப தன்னைத் தானே உயர்வாக காட்டிக் கொள்ளுதல். தன்னுடைய அறியாமை, பயம், துக்கம், பொறாமையை மறைப்பதற்காக மற்றவர்களை ஏனான்மாக நடத்துவர். துன்புறுத்தப்படும் குழந்தைகள் வழக்கமாக சோகமாக, கோபமாக, தனிமையாக, பதட்டமாக குழப்பமாக இருப்பார்கள்.

மற்றவர்களை ஏனான்மாக நடத்துவது.



பட்டப்பெயர் வைத்து கூப்பிடுவது



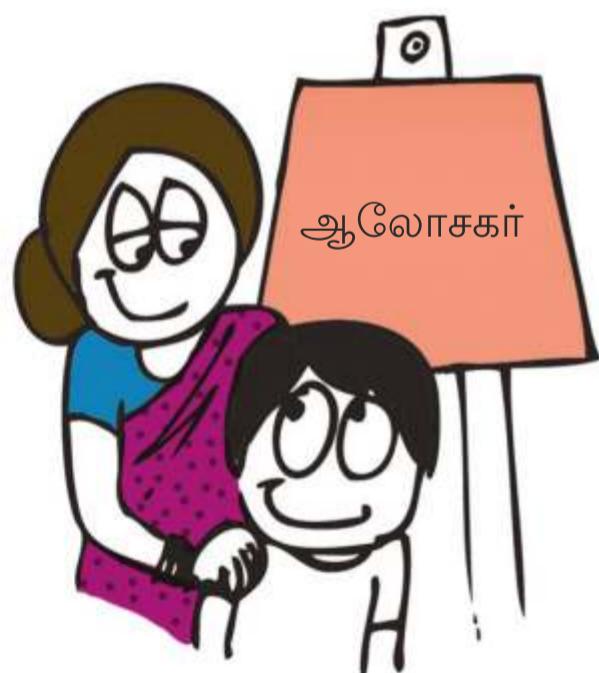
SMS அல்லது இணையதளம் மூலம் துன்புறுத்துதல்.



நீ துன்புறுத்துபவராக இருந்தால்

நீ துன்புறுத்தப்படுகிறாய் என்றால்....

* உள் செயல்களை/உணர்வுகளைப் பற்றி பிறரிடம் ஆலோசனை செய்



* பதற்றப்படாதே. தைரியமாக இருங்கள். அவர்களின் எதிர்பார்ப்பிற்கு எதிராக நடந்துக் கொள்ளுங்கள்.



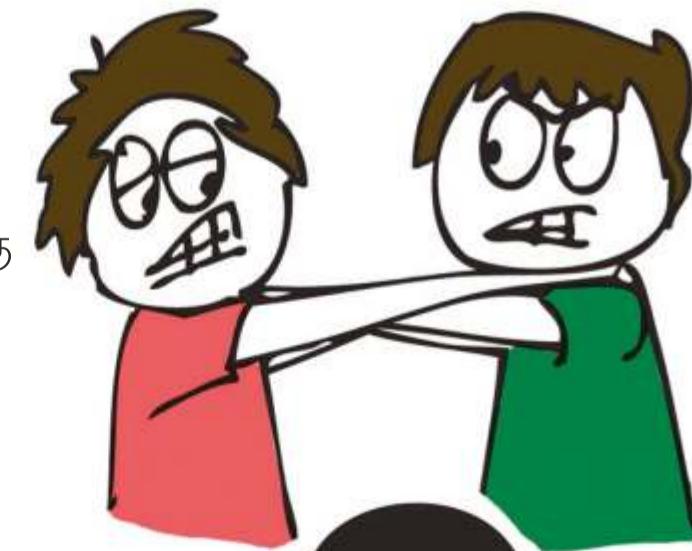
* பிறர் உன்னிடம் எவ்வாறு நடக்க வேண்டும் என்று நினைக்கிறாயோ நீயும் அவ்வாறு பிறரிடம் நடந்துக் கொள்ள வேண்டும்.



* நினைவில் கொள்.. உன்னிடம் பழகுபவரும் உன்னைப் போன்றே துன்புறுத்துபவராகவே இருப்பர்.



* பிரச்சனையை தீர்ப்பதற்கு வன்முறையை பயன் படுத்தாதீர்கள்.



* மனதில் உள்ள கவலையை நம்பிக்கையுள்ள பெரியவர்களிடம் பேசங்கள்.

