



ਯੌਠ-ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਦੇ ਮੁੱਦਿਆਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣਾ



ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਇਕ ਗਾਈਡ



ਬੀ ਸੀ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਮੁੱਦਿਆਂ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਵਧਾਉਣਾ

ਮੈਕਰੀਅਰੀ ਯੂਥ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਸੂਬੇ ਦੇ ਬਾਲ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿਕਾਸ ਮੰਤਰਾਲੇ ਦੇ ਸਮਰਥਨ ਲਈ ਧੰਨਵਾਦ ਕਰਨਾ ਚਾਹੇਗੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨੇਕ ਦਾਨ ਲਈ ਧੰਨਵਾਦ, ਸਾਨੂੰ ਸਾਡੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੇ ਵਪਾਰਕ ਯੋਨ-ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਦੇ ਮੁੱਦੇ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਲਈ ਪੂਰੇ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿੱਚ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸੰਗਠਨਾਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦਾ ਮੌਕਾ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ।

ਮੈਕਰੀਅਰੀ ਯੂਥ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ ਇਕ ਗੈਰ-ਮੁਨਾਫਾ ਸੰਗਠਨ ਹੈ ਜਿਸਦੀ ਦੂਰ-ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਹੈ ਕਿ ਬੀ ਸੀ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੀਆਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀਆਂ ਸੰਬੰਧੀ ਮੁੱਦਿਆਂ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਰਗਰਮ ਅਵਾਜ਼ ਹੋਵੇ, ਅਤੇ ਇਹ ਕਿ ਵਿਸ਼ਾਲ ਨੀਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸਾਡੇ ਨੌਜਵਾਨ ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਪਰਿਪੇਖ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ। ਵਧੇਰੇ-ਰੁਝੇਵਿਆਂ ਵਾਲੇ ਅਨੁਦਾਨਦਾਤਿਆਂ ਵਜੋਂ, ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਹੱਲਾਸ਼ੇਰੀ ਦਿੰਦੇ ਹੋਏ ਬੀ ਸੀ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਮੁੱਦਿਆਂ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਯੋਨ-ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਦੇ ਮੁੱਦਿਆਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣਾ: ਕੈਥੀ ਪਾਵਲਸਨ ਦੁਆਰਾ ਰੋਜ਼ਰ ਟੌਕਿਨ ਅਤੇ ਲੀਸਾ ਮੇ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਨਾਲ ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਲਿਖੀ ਗਈ ਇਕ ਗਾਈਡ

© ਮੈਕਰੀਅਰੀ ਯੂਥ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ, 2004

ਸੰਪਰਕ ਜਾਣਕਾਰੀ
3552 ਈ, ਹੇਸਟਿੰਗਜ਼ ਸਟ੍ਰੀਟ
ਵੈਨਕੂਵਰ, ਬੀ ਸੀ ਵੀ5ਕੇ 2E7
604-299-1609

info@myfoundation.ca
www.myfoundation.ca

ਮੈਕਰੀਅਰੀ ਯੂਥ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ ਬੋਰਡ ਆੱਫ ਡਾਇਰੈਕਟਰਜ਼

ਸਿੰਥੀਆ ਮੋਰਟਨ	ਸਹਿ-ਪ੍ਰਧਾਨ
ਓਪ੍ਰੀਤ ਕੰਗ	ਸਹਿ-ਪ੍ਰਧਾਨ
ਬਾਰਬਰਾ ਓਟਸ	ਸਕੱਤਰ
ਜੂਡਿਥ ਹਾਲ	ਖਜ਼ਾਨਚੀ
ਰੋਜ਼ਰ ਟੌਕਿਨ	ਪ੍ਰਬੰਧਕੀ ਨਿਦੇਸ਼ਕ

ਪ੍ਰਗਟਾਏ ਗਏ ਵਿੱਚਾਰ ਮੈਕਰੀਅਰੀ ਯੂਥ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ ਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਕਿ ਬਾਲ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿਕਾਸ ਮੰਤਰਾਲੇ ਦੇ ਵਿੱਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਤੀਬਿੰਬਤ ਕਰਨ।

ਯੌਨ-ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਦੇ ਮੁੱਦਿਆਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣਾ
ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਇਕ ਗਾਈਡ

ਧੰਨਵਾਦ

ਇਸ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਪੁਸਤਕ ਵਿੱਚ ਇਕ ਬਹੁਤ ਹੀ ਸੰਜੀਦਾ ਅਤੇ ਤਬਾਹਕੁੰਨ ਮੁੱਦੇ, ਸਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੇ ਯੋਨ-ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਮੈਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੇ ਮਾਪਿਆਂ, ਨਿਗਰਾਨਾਂ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਤਹਿ-ਦਿਲੋਂ ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਾ ਕਰਨੀ ਚਾਹਵਾਂਗੀ, ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਖੁੱਲ੍ਹ ਕੇ ਅਤੇ ਸਪੱਸ਼ਟ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਤਜਰਬੇ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਸਾਂਝੇ ਕੀਤੇ। ਮੈਂ ਤੁਹਾਡੀ ਤਾਕਤ ਅਤੇ ਫੇਰ ਤੋਂ ਪਹਿਲੀ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਨਿਮਰ ਹੋ ਗਈ ਹਾਂ।

ਚਿਲਡਰਨ ਆਫ ਦਿ ਸਟ੍ਰੀਟ ਸੋਸਾਇਟੀ (Children of the Street Society) ਤੋਂ ਡਾਇਏਨ ਸੋਡਨ ਅਤੇ ਨਾਓ ਕੈਨੇਡਾ ਸੋਸਾਇਟੀ (NOW Canada Society) ਤੋਂ ਵਿਲੀਅਮਜ਼-ਜੋਨਜ਼ ਦਾ, ਮੈਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੇ ਵਿਲੱਖਣ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲਾਉਣ ਲਈ ਧੰਨਵਾਦ, ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਤਜਰਬੇ ਸਾਂਝੇ ਕਰਕੇ ਇਸ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਨੂੰ ਸੰਭਵ ਬਣਾਇਆ। ਨਾਲ ਹੀ, ਇਸ ਪੂਰੀ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਆ ਵਿੱਚ ਮੈਨੂੰ ਸਮਰਥਨ ਦੇਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡਾ ਧੰਨਵਾਦ।

ਕੈਥੀ ਪੌਵਲਸਨ
ਮੈਕਰੀਅਰੀ ਯੂਥ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ

ਮੁਖਬੰਧ

ਕਿਸੇਰ ਯੁਵਕਾਂ ਦੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਮਾਹਰ ਹੋਣ ਦੇ ਨਾਤੇ, ਮੈਂ ਕਿਸੇਰ ਯੁਵਕਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਹੀ ਕਸ਼ਟਦਾਇਕ ਚੁਣੌਤੀਪੂਰਨ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨਾਲ ਨਿਭਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਦੇਣ ਦੇ ਯਤਨ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿੰਨੇ ਈ ਅਣਗਿਣਤ ਘੰਟੇ ਬਿਤਾਏ ਹਨ ਅਤੇ ਜਾਣਿਆ ਹੈ ਕਿ ਆਖਰ ਸੁਧਾਰ ਹੋਏ ਹਨ, ਪਰ ਰਾਤੋ-ਰਾਤ ਨਹੀਂ। ਮੈਂ ਇਹ ਸਿੱਖਿਆ ਕਿ, ਭਾਵੇਂ ਸਫਲ ਨਤੀਜੇ ਲਿਆਉਣ ਵਿੱਚ ਮਾਪਿਆਂ ਨੇ ਇਕ ਬਹੁਤ ਹੀ ਅਹਿਮ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਣੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਉਹ ਅਕਸਰ ਤਰੱਕੀ ਵਿੱਚ ਇਕ ਪ੍ਰਤੱਖ ਕਮੀ ਦੇਖ ਕੇ ਮਾਯੂਸੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਕ ਜਟਿਲ ਅਤੇ ਗੈਰ-ਆਗਿਆਕਾਰੀ ਕਿਸੇਰ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਨਿਪਟਦਿਆਂ, ਮਾਪੇ ਹੌਸਲਾ ਹਾਰ ਦੇਣ ਜਾਂ ਫੇਰ ਮਾਹਰਾਂ ਨੂੰ ਬੁਲਾਉਣ ਦੀ ਕਾਹਲੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਕਿਤਾਬਚੇ ਦਾ ਇਰਾਦਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਾਉਣਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਕੱਲੇ ਨਹੀਂ ਹੋ, ਕਿ ਇਕ ਉਮੀਦ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਹ ਕਿ ਸਧਾਰਨ, ਵਿਹਾਰਕ ਜਿਹੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਕੁਝ ਅਲੱਗ ਕਰ ਕੇ ਦਿਖਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਰੋਜਰ ਐਸ. ਟੋਕਿਨ, ਐਮ ਡੀ

ਵਿਸ਼ਾ-ਵਸਤੂ

ਜਾਣ-ਪਛਾਣ

ਯੋਨ-ਸੋਸ਼ਣ ਕੀ ਹੈ.....	3
ਨੌਜਵਾਨ ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਵਿੱਚ ਕਿਉਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ?	3
ਕਈ ਸਾਰੇ ਤੱਤਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪੈਂਦਾ ਹੈ.....	3
ਦੁਰਵਰਤੋਂ ਇਕ ਕਾਰਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ	4
ਪ੍ਰਚਲਤ ਮੀਡੀਆ ਤਸਵੀਰਾਂ.....	4
ਸਕੂਲ, ਅਧਿਆਪਕ ਅਤੇ ਸਾਥੀ	5
ਪਛਾਣ ਦੀ ਭਾਵਨਾ.....	5
ਗੁੰਮਰਾਹ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਮਾਹੌਲ	6
ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੇ ਮੁੱਦੇ	6
ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ ਵਿੱਚ ਸਹੀ ਸੰਤੁਲਨ ਲੱਭਣਾ.....	7
ਨਿਯਮਿਤ ਹੱਦਾਂ ਤੈਅ ਕਰਨਾ	7
ਮੁਨਾਸਬ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਸਿਖਣਾ.....	8
ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣ ਲਈ ਸੰਘਰਸ਼ ਕਰਨਾ	9
ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਮਦਦ ਕਿਵੇਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ?.....	9
ਹੌਸਲਾ ਨਾ ਛੱਡੋ.	9
ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਛੱਡਣ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰ ਤਿਆਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ.....	10
ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਬੰਦ ਕਰਨਾ ਪਵੇ, ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਤਾਲਾ ਨਾ ਲਗਾਓ.....	11
ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸਮਰਥਨ ਦੇ ਪੰਜ ਨੁਕਤੇ	12
ਮਾਨਤਾ.....	12
ਸੰਕਲਪ ਕਰਨਾ	12
ਪੁਨਰਸਥਾਪਤੀ.....	13
ਮੁੜਵਸੇਬਾ	14
ਸਮਝੌਤਾ	15
ਆਪਣਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ	16
ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਸੰਕੇਤ	17
ਸਰੋਤ.....	18

ਭੂਮਿਕਾ

ਮੁਨਾਫੇ ਲਈ ਨੌਜਵਾਨ ਕੁੜੀਆਂ ਅਤੇ ਮੁੰਡਿਆਂ ਦਾ ਯੋਨ-ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਇਕ ਜਟਿਲ ਸਮਾਜਕ ਮੁੱਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਕਰਕੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਇਹ ਬਹੁਤ ਤਣਾਉਪੂਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਪੁਸਤਕ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਉਨ੍ਹਾਂ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ, ਜੋ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਇਸ ਸਮੱਸਿਆ ਨਾਲ ਨਿਪਟਣ ਦੇ ਯਤਨ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਰਪ੍ਰਸਤਾਂ ਅਤੇ ਪੋਸਲ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਸਮਰਥਨ, ਉਮੀਦ ਅਤੇ ਸਹਾਇਕ ਕਿਸਮ ਦੀ ਸਲਾਹ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਨਾ ਹੈ।

ਇਸ ਗਾਈਡ ਵਿੱਚ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲ ਚੁੱਕੇ ਨੌਜਵਾਨ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਵੱਲੋਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ ਜਿਸ 'ਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਸਥਿਤੀ ਨਾਲ ਨਿਪਟਦਿਆਂ ਕਿਹੜੀ ਗੱਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਸਹਾਇਕ ਸਿੱਧ ਹੋਈ ਤੇ ਕਿਹੜੀ ਨਹੀਂ। ਅਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੌਜਵਾਨਾਂ, ਮਾਵਾਂ, ਪਿਤਾ ਅਤੇ ਇਕ ਨੌਜਵਾਨ ਦੀ ਦਾਦੀ/ਨਾਨੀ ਦੀ ਇੰਟਰਵਿਊ ਲਿਆ, ਜੋ ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਹ ਇੰਟਰਵਿਊ ਕੈਲੇਨਾ ਵਿੱਚ ਨਿਊ ਅਪੋਰਚੂਨਿਟੀਜ਼ ਫਾਰ ਵਿਮੇਨ ਕੈਨੇਡਾ ਸੋਸਾਇਟੀ (New Opportunities for Women (NOW) Canada Society) ਨਾਲ ਆਯੋਜਤ ਕੀਤੇ ਇਕ ਫੋਕਸ ਗਰੁਪ ਦੌਰਾਨ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸਨ। ਨਾਓ ਕੈਨੇਡਾ (NOW Canada) ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿੱਚ ਸਰੀਰਕ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਇਕ ਕੜੀ ਚਲਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ, ਅਸੀਂ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਆ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪੜਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ ਆਹਮੋ-ਸਾਹਮਣੇ ਬੈਠ ਕੇ ਇੰਟਰਵਿਊ ਕੀਤੇ: ਕਈ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬਸ ਪਤਾ ਹੀ ਲੱਗਾ ਸੀ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਬੱਚਾ ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ, ਕਈ ਇਸ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਆ ਦੇ ਮੱਧ ਵਿੱਚ ਸਨ, ਕਈ ਜਿਹਨਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲ ਚੁੱਕੇ ਸਨ, ਅਤੇ ਦੋ ਕੁ ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਮਾਤਾ - ਪਿਤਾ। ਅਸੀਂ ਇਹ ਸੰਪਰਕ ਚਿਲਡਰਨ ਆਫ ਦਿ ਸਟ੍ਰੀਟ ਸੋਸਾਇਟੀ (Children of the Street Society) ਰਾਹੀਂ ਕੀਤੇ, ਜੋ ਕਿ ਟ੍ਰਾਈ-ਸਿਟੀ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਸਮਰਥਨ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਜਿਹਨਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਯੋਨ-ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।

"ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਤੱਕ ਗੱਲ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਲਈ ਚੰਗੀ ਮਜ਼ਾਕੀਆ ਭਾਵਨਾ ਬੜੀ ਮਦਦਗਾਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ" ਬੀ ਸੀ ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ

ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੇ ਅਜਿਹੀਆਂ ਹੀ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਦੂਜੇ ਮਾਪਿਆਂ ਉਮੀਦ ਵਿੱਚ ਗੱਲਬਾਤ ਕੀਤੀ ਕਿ ਸ਼ਾਇਦ ਉਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਤਜਰਬਿਆਂ ਤੋਂ ਕੁਝ ਸਿਖ ਸਕਣ। ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਸ਼ਕਤੀਕਰਨ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਤਜਰਬਿਆਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਅਨੁਕੂਲ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਉਮੀਦ ਪ੍ਰਗਟਾਈ। ਸਾਨੂੰ ਉਮੀਦ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਗਾਈਡ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਤਜਰਬਿਆਂ ਨੂੰ ਅਵਾਜ਼ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਿਜੀ ਸੰਘਰਸ਼ਾਂ ਅਤੇ ਮੁਕ ਪਹਿਲੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਵਾਪਸ ਆਉਣ ਦੀ ਤਾਕਤ ਪ੍ਰਤੀ ਆਦਰ ਦਿਖਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਗਾਈਡ ਵਿੱਚ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ 'ਤੇ ਵਿੱਚਾਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ:

- ਯੋਨ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਕੀ ਹੈ
- ਕਿਹੜੇ ਤੱਤ ਇਕ ਨੌਜਵਾਨ ਦੇ ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲੇ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਕਰਦੇ ਹਨ
- ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ ਦੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ 'ਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਜਿਸ ਦੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਜਾਂ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪੈ ਸਕਦੇ ਹਨ
- ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਕਲਣ ਦੇ ਸੰਘਰਸ਼ ਵਿੱਚ ਕੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕੀ ਨਹੀਂ
- ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣ ਵੇਲੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸਮਰਥਨ ਦੇ ਪੰਜ ਕਦਮ
- ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਆਪਣੀ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ
- ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਮਰਥਨ ਲੱਭਣ ਲਈ ਸਰੋਤਾਂ ਦੀ ਇਕ ਸੂਚੀ

ਯੋਨ-ਸੋਸ਼ਣ ਕੀ ਹੈ?

ਯੋਨ-ਸੋਸ਼ਣ ਦੀਆਂ ਕਈ ਅਲੱਗ-ਅਲੱਗ ਕਿਸਮਾਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਪੇਸ਼ੇ ਲਈ ਯੋਨ-ਸੰਬੰਧਾਂ ਦੀ ਅਦਲਾ-ਬਦਲੀ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਯੋਨ-ਸੋਸ਼ਣ ਵਿੱਚ ਨਸੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ (ਸਿਗਰਟਾਂ ਸਮੇਤ), ਭੋਜਨ, ਠਹਿਰਨ ਲਈ ਜਗ੍ਹਾ ਅਤੇ ਇਕ ਸਾਥੀ ਵਰਗ ਵਿੱਚ ਮਾਨਤਾ ਦੇ ਬਦਲੇ ਵੀ ਯੋਨ-ਸੰਬੰਧਾਂ ਲਈ ਰਜ਼ਾਮੰਦੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਮਨੀਟੋਬਾ ਦਾ ਸੂਬਾ ਯੋਨ-ਸੋਸ਼ਣ ਨੂੰ ਜ਼ਬਰਦਸਤੀ ਕੰਮ ਕਰਾਉਣ, 18 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਨਾਲ ਜਾਂ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਪੇਸ਼ੇ, ਦਵਾਈਆਂ, ਰਹਿਣ ਲਈ ਥਾਂ, ਭੋਜਨ, ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਹੋਰ ਲੋੜਾਂ ਦੇ ਬਦਲੇ, ਇਕ ਯੋਨ ਕਾਰਜ ਵਿੱਚ ਲੁਭਾਉਣ ਜਾਂ ਰੁਝਾਉਣ, ਅਤੇ ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਜਾਂ ਅਸਲੀਲ ਸਾਹਿਤ ਵਿੱਚ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਵਜੋਂ ਪਰਿਭਾਸ਼ਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਨੌਜਵਾਨ ਗਲੀ ਵਿੱਚ ਇਕ ਰਵਾਇਤੀ ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਾਂਗ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬਹੁਤੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਮਨ ਵਿੱਚ ਤਸਵੀਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਗਲਤ ਧਾਰਣਾ ਕਾਰਨ, ਨੌਜਵਾਨ ਅਕਸਰ ਇਹ ਨਹੀਂ ਮੰਨ ਸਕਦੇ ਜਾਂ ਸੱਚਾਈ ਸਵੀਕਾਰ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਯੋਨ-ਸੋਸ਼ਣ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਪਰ ਯੋਨ-ਸੋਸ਼ਣ ਸਿਰਫ ਗਲੀਆਂ ਵਿੱਚ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਦੀ ਪ੍ਰਤੱਖਤਾ ਵੱਡੇ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਘਟਦੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਪ੍ਰਤੱਖਤਾ ਦੀ ਕਮੀ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਕਿ ਯੋਨ-ਸੋਸ਼ਣ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਇਹ ਇਸ ਨੂੰ ਘੱਟ ਨੁਕਸਾਨਦਾਇਕ ਹੀ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਯੋਨ-ਸੋਸ਼ਣ ਮਾਲਸ ਵਾਲੇ ਪਾਰਲਰਾਂ, ਸੰਗੀਤ ਸੁਣਨ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ, ਕਰਤੱਬ ਦਿਖਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ (ਜਾਂ ਤਾਂ ਖਾਲੀ ਘਰਾਂ ਜਾਂ ਦਲਾਲ ਦੁਆਰਾ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹੋਟਲ ਦੇ ਕਮਰਿਆਂ), ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਘਰਾਂ, ਸਰਕਾਰੀ ਬੰਦਰਗਾਹਾਂ, ਪਿਛਵਾੜੇ ਦੀਆਂ ਤੰਗ ਗਲੀਆਂ, ਪਾਰਕਾਂ, ਟਰੱਕਾਂ ਦੇ ਅੱਡਿਆਂ ਅਤੇ ਮੱਛੀਆਂ ਫੜਨ ਵਾਲੀਆਂ ਕਿਸ਼ਤੀਆਂ, ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਕਰਕੇ ਛੋਟੇ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਨੌਜਵਾਨ ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਵਿੱਚ ਕਿਉਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ?

ਵਪਾਰਕ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਯੋਨ-ਸੋਸ਼ਣ ਦਾ ਸਿਕਾਰ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਨੌਜਵਾਨ ਸਾਰੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਪਿਛੋਕੜਾਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਤੋਂ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਮਾਪੇ, ਨਿਗਰਾਨ, ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨ ਆਪ ਅਤੇ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪੇਸ਼ੇਵਰ, ਸਾਰੇ ਹੀ ਸਮਝਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਇਕ ਨੌਜਵਾਨ ਵਿਅਕਤੀ ਕਿਉਂ ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸਾਨੂੰ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਸੀ ਕਿ ਇਸ ਦਾ ਕੋਈ ਸਧਾਰਨ ਕਾਰਨ ਜਾਂ ਸਪੱਸ਼ਟੀਕਰਣ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਅਤੇ ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਵਿੱਚ ਇਕ ਨੌਜਵਾਨ ਦੇ ਦਾਖਲੇ ਨੂੰ ਕਈ ਤੌਰ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਕਈ ਸਾਰੇ ਕਾਰਨਾਂ ਦਾ ਅਸਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ

ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਸਵੈ-ਮਾਣ ਅਤੇ ਸਵੈ-ਯੋਗਤਾ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ, ਪ੍ਰਚਲਤ ਮੀਡੀਆ ਮਾਪਿਆਂ ਵਿੱਚ ਤਸਵੀਰਾਂ, ਸਕੂਲ ਦਾ ਮਾਹੌਲ, ਅਧਿਆਪਕ, ਕੁਲੀਨ ਗਰੁਪ, ਸਵੀਕ੍ਰਿਤੀ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ, ਪ੍ਰੇਮ ਸੰਬੰਧ, ਸੰਸਕ੍ਰਿਤਕ ਪਛਾਣ, ਅਤੇ ਮਾਪਿਆਂ-ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸੰਬੰਧ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਗੰਭੀਰ ਪ੍ਰਭਾਵ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਜਾਂ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਪਰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪਰਿਵਾਰ, ਕੁਲੀਨ ਗਰੁਪ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਕਾਰਨਾਂ ਦਾ ਮਿਸ਼ਰਣ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਮਿਸਾਲ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਸਾਥੀਆਂ ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਾਂ ਦਾ ਸਵੈ-ਮਾਣ 'ਤੇ ਸ਼ਕਤੀਸ਼ਾਲੀ ਅਸਰ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਘੱਟ ਸਵੈ-ਮਾਣ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਪ੍ਰਤੀ ਹੋਰ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਬਣਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਦ ਕਿ ਇਕ ਮਜ਼ਬੂਤ ਸਵੈ-ਮਾਣ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨਾ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਵਪਾਰ ਵਿੱਚ ਨਿਕਲਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਮੀਡੀਆ ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਫੈਲਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਅਸਰ ਪਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਦ ਕਿ ਪ੍ਰਚਲਤ ਸਭਿਆਚਾਰ ਵਿੱਚ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੀਆਂ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕਾਮੁਕ ਤਸਵੀਰਾਂ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਭੰਬਲਭੁਸੇ ਵਿੱਚ ਪਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਪ੍ਰੇਮ ਸੰਬੰਧ ਅਤੇ ਮਾਪੇ-ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸੰਬੰਧ ਹਮਾਇਤੀ ਅਤੇ ਪਿਆਰ ਭਰੇ, ਜਾਂ ਅਢੁਕਵੇਂ ਅਤੇ ਇਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਦੁਰਵਰਤੋਂ ਵਾਲੇ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਸਵੈ-ਮਾਣ ਦੀ ਉਸਾਰੀ ਕਰਨ

ਮੇਨੂੰ ਅਕਸਰ ਇਕ ਕਿਸ਼ੋਰ ਦੇ ਘੱਟ ਸਵੈ-ਮਾਣ ਨੂੰ ਬੇਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਮਾਮਲੇ ਵਿੱਚ ਮਾਪੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਆਖਰ, ਮਾਪੇ ਇਹ ਬੇਹਤਰ ਜਾਣਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਬੱਚਾ ਕਿਸ ਚੀਜ਼ ਵਿੱਚ ਚੰਗਾ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਤਾਕਤਾਂ ਕੀ ਹਨ, ਅਤੇ ਕਿਸ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਰਾਮ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਇਕੱਠੀ ਕਰਕੇ, ਮਾਪੇ ਇਕ ਵਧੇਰੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਢੰਗ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਕਿਸ਼ੋਰ ਨੂੰ ਕੁਝ ਨਵੇਂ ਹੁਨਰ ਅਜ਼ਮਾਉਣ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਚੁਣੌਤੀ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨ ਲਈ ਛੋਟੀਆਂ ਤੇ ਸਧਾਰਨ ਜਿਹੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਹਨਾਂ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਅਰਾਮ ਅਤੇ ਉਤਸਾਹ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦੁਆਉਣਾ ਬੜਾ ਅਸਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਸਿਰਜਣਾਤਮਕ ਮਾਪੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਵਿਕਾਸ ਦੀ ਉਸਾਰੀ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਨ ਲਈ ਮੌਕੇ ਲੱਭਣਗੇ।
ਆਰ. ਟੀ.

ਦੁਰਵਰਤੋਂ ਇਕ ਕਾਰਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ

ਯੋਨ-ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਅਕਸਰ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਵੱਧ ਖਤਰੇ ਵਾਲੇ ਵਤੀਰਿਆਂ ਪ੍ਰਤੀ ਜਾਣ ਲਈ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਬਣਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਪਰ ਯੋਨ-ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਹੀ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਜਾਂ ਸਿਰਫ ਇਕੋ-ਇਕ ਕਾਰਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਸਾਰੇ ਨੌਜਵਾਨ, ਜਿਹਨਾਂ ਦਾ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਹੋਇਆ ਹੋਵੇ, ਉਹ ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਵਿੱਚ ਜਾ ਵੜਦੇ ਹਨ।

ਯੋਨ-ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਇਕ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਣ ਵਾਲਾ ਕਾਰਨ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ, ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਨੌਜਵਾਨ ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਲਈ ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਵਿੱਚ ਰਹੇ ਹੋਣ, ਸਾਰਿਆਂ ਦਾ ਹੀ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਹੋਇਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕਦਰ ਘਟੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਵੈ-ਮਾਣ ਖੋਖਲਾ ਹੋਇਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਯੋਨ-ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਦਾ ਇਕ ਨੌਜਵਾਨ ਦੇ ਸਵੈ-ਮਾਣ ਅਤੇ ਸਵੈ-ਯੋਗਤਾ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ 'ਤੇ ਵਿਨਾਸ਼ਕਾਰੀ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਫੇਰ ਵੀ, ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਦੇ ਤਜਰਬੇ ਵਾਲੇ ਮਾਪੇ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨ ਹੋਰ ਕਾਰਨਾਂ ਵੱਲ ਵੀ ਇਸ਼ਾਰਾ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਿਹਨਾਂ ਦਾ ਸਵੈ-ਮਾਣ 'ਤੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਅਸਰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਚਲਤ ਮੀਡੀਆ ਤਸਵੀਰਾਂ

ਯੋਨ-ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਦਾ ਸਿਕਾਰ ਹੋਏ ਨੌਜਵਾਨ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਸਭ ਤੋਂ ਅਸਰਦਾਰ ਕਾਰਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇਕ ਹੈ ਮੀਡੀਆ ਦੀ ਯੋਨ-ਸੰਬੰਧੀ ਵਿੱਚ ਧਿਆਨ-ਮਗਨਤਾ। ਪ੍ਰਚਲਤ ਸਭਿਆਚਾਰ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕਾਮੁਕ ਔਰਤਾਂ ਦੀਆਂ ਤੜਕ-ਭੜਕ ਵਾਲੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਤ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਨੌਜਵਾਨ ਲੜਕੀਆਂ ਲਈ ਵਿਰੋਧੀ ਅਤੇ ਗਲਤ ਧਾਰਨਾਵਾਂ ਦੀ ਦੁਨੀਆਂ ਦਾ ਨਿਰਮਾਣ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਕਾਮੁਕ ਤਸਵੀਰਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਇਹ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਔਰਤਾਂ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕਪੜੇ ਪਾਉਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਵਤੀਰਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਮੀਡੀਆ ਦੇ ਸੁਨੇਹਿਆਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਿਤ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਵਿਰੋਧੀ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਕੇ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਤਲਬ ਸਮਝਾ ਕੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਮਿਸਾਲ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਮੀਡੀਆ ਵੱਲੋਂ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੀਆਂ ਅਪ੍ਰਤੱਖ ਯੋਨ ਉਮੀਦਾਂ ਬਾਲਗਾਂ ਦੁਆਲੇ ਕੇਂਦਰਿਤ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਉਮਰ ਮੁਤਾਬਕ ਢੁਕਵਾਂ ਮੰਨੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਵਤੀਰੇ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਦਰਸਾਉਂਦੀਆਂ। ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਤੋਂ ਹੀ, ਮਾਪੇ ਯੋਨ-ਸੰਬੰਧਾਂ ਅਤੇ ਕਾਮੁਕਤਾ ਪ੍ਰਤੀ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰਵੱਈਏ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਅਕਸ ਦੀਆਂ ਯਥਾਰਥਵਾਦੀ ਉਮੀਦਾਂ ਨੂੰ ਉਤਸਾਹਿਤ ਕਰ ਕੇ ਇਕ ਸਥਾਈ ਪ੍ਰਭਾਵ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਸਕੂਲ, ਅਧਿਆਪਕ ਅਤੇ ਸਾਥੀ

ਸਕੂਲ ਦਾ ਮਾਹੌਲ ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਕ ਇਕ ਨੌਜਵਾਨ ਦੇ ਸਵੈ-ਮਾਣ ਅਤੇ ਸਵੈ-ਯੋਗਤਾ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਉਪਰ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਵਜੋਂ ਪਛਾਣੇ ਗਏ ਸਨ। ਸਾਥੀ ਵਰਗਾਂ ਦਾ ਵੀ ਜ਼ੋਰਦਾਰ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਜਦਕਿ ਸਾਰੇ ਨੌਜਵਾਨ ਮਾਨਤਾ ਲਈ ਤਲਾਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹੋਣ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਕੁਝ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਜ਼ਿਆਦਾ ਔਖਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਮਿਸਾਲ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਇਕ ਨੌਜਵਾਨ ਦੀ ਅਕਾਦਮਿਕ ਕਾਰਗੁਜ਼ਾਰੀ ਦਾ ਪੱਧਰ, ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਅਤੇ ਸਾਥੀ ਵਰਗਾਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ, ਘਰ ਵਿੱਚ ਤਜਰਬੇ, ਜਾਂ ਛੇੜਛਾੜ ਦੇ ਤਜਰਬੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਾਨਤਾ, ਸਮਰੱਥਾ ਅਤੇ ਸੰਬੰਧ ਦੀ ਭਾਵਨਾ 'ਤੇ ਅਸਰ ਪਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜਿਹੜੇ ਨੌਜਵਾਨ ਹਾਲ ਹੀ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੇਸ਼ ਤੋਂ ਆ ਕੇ ਵਸੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਵੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਘੱਟ ਜੁੜਿਆ ਹੋਇਆ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਜਿਹੜੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਇਕੱਲਤਾ ਅਤੇ ਅਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀਆਂ ਡੂੰਘੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਦਾ ਤਜਰਬਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਇਕ "ਭਟਕੇ ਹੋਏ" ਸਾਥੀ ਗਰੁੱਪ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਜਾਣ, ਸਕੂਲੋਂ ਭੱਜਣ, ਨਸੀਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਣ, ਮੁਸੀਬਤ ਵਿੱਚ ਫਸ ਜਾਣ, ਪ੍ਰਵਾਨਗੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਯੋਨ-ਸੰਬੰਧਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ, ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਯੋਨ-ਸਾਥੀ ਰੱਖਣ ਵਰਗੇ ਖਤਰਨਾਕ ਵਤੀਰਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਕਿਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਮਿਸਾਲ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਇਕ ਨੌਜਵਾਨ ਲੜਕੀ ਨੇ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤਾ ਕਿ ਉਹ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਹੀ ਅਪਣਾਏ ਜਾਣ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰਦੀ ਰਹੀ ਅਤੇ ਇਕ ਆਦਰਸ਼ ਵਿਅਕਤੀ ਵਜੋਂ ਉਸ ਨੂੰ ਇਕ ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਵਿੱਚ ਲੱਗਾ ਵਿਅਕਤੀ ਮਿਲਿਆ।

ਕਈ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਲਈ, ਜਿਹਨਾਂ ਦਾ ਯੋਨ-ਸੋਸ਼ਣ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਨੇੜਲੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਨੇ ਉਸ ਦੇ ਖਤਰਨਾਕ ਵਤੀਰੇ ਵੱਲ ਜਾਣ ਵਿੱਚ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਈ। ਕਈ ਕੇਸਾਂ ਵਿੱਚ, ਖਤਰੇ ਲੈਣ ਦਾ ਕੰਮ ਇਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਪ੍ਰੇਮ ਸੰਬੰਧ ਖਤਮ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਇਆ, ਜਦ ਕਿ ਦੂਜਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਖਤਰਨਾਕ ਵਤੀਰਾ ਰਿਸ਼ਤੇ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਰਿਸ਼ਤੇ ਦੇ ਕਾਰਨ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਇਆ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਰਿਸ਼ਤੇ ਦਾ ਟੁੱਟਣਾ ਕਿਸੇ ਲਈ ਇਕ ਕਮਜ਼ੋਰ ਸਮਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੇ ਹਾਲ ਹੀ ਵਿੱਚ ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਛੱਡਿਆ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰਨ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਦੇ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਉਹ ਵਾਪਸ ਉਸੇ ਜੀਵਨ-ਸੈਲੀ ਵਿੱਚ ਖਿੱਚੇ ਚਲੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਪਛਾਣ ਦੀ ਭਾਵਨਾ

ਪਛਾਣ ਪਰਿਭਾਸ਼ਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਕੌਣ ਹਾਂ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਸਮਝਦੇ ਹਾਂ। ਸਵੈ-ਪਛਾਣ ਦੀ ਇਕ ਸਕਾਰਾਤਮਕ, ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਭਾਵਨਾ ਸਤਿਕਾਰ ਮਿਲਣ ਦੀ ਹੱਕਦਾਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਅਪਣਾਏ ਜਾਣ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਜਦਕਿ ਉਲਟੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ, ਸਵੈ-ਪਛਾਣ ਦੀ ਇਕ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਭਾਵਨਾ ਜਾਂ ਸਵੈ-ਪਛਾਣ ਦੀ ਕਮੀ ਇਕ ਨੌਜਵਾਨ ਦੇ ਖਤਰਾ ਮੁੱਲ ਲੈਣ ਅਤੇ ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਵਿੱਚ ਉਸ ਦੀ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਬਹੁਤ ਵਧਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।

ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਪਛਾਣ ਆਦਿ ਵਾਸੀ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਇਕ ਸ਼ਕਤੀਸ਼ਾਲੀ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਹਨਾਂ ਦੀ, ਅੰਸ਼ਕ ਰੂਪ ਵਿੱਚ, ਆਪਣੀ ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਪਛਾਣ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਦੀ ਕਮੀ ਕਾਰਨ ਵਪਾਰਕ ਯੋਨ-ਸੋਸ਼ਣ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧਤਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਮਿਸਾਲ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਇਕ ਨੌਜਵਾਨ ਲੜਕੀ ਇਹ ਭਾਵਨਾ ਲੈ ਕੇ ਵੱਡੀ ਹੋਈ ਕਿ ਉਸ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਕੋਈ ਪਛਾਣ ਨਹੀਂ ਹੈ ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਉਹ ਨੇੜੇ ਸਨ। ਉਸ ਦੀ ਮਾਂ ਦੇ ਇਕ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਇਕ ਬੱਚੇ ਵਜੋਂ ਤਜਰਬੇ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਧੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਦਿ ਵਾਸੀ ਖਾਨਦਾਨ ਬਾਰੇ ਸਿਖਾਉਣ ਤੋਂ ਅਯੋਗ ਬਣਾ ਦਿੱਤਾ। ਉਸੇ ਸਮੇਂ ਹੀ, ਉਸ ਦੇ ਪਿਤਾ ਦੇ ਯੂਰਪੀਅਨ ਪਰਿਵਾਰ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਅਤੇ ਉਸ ਦੀ ਮਾਂ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਮੂਲ ਵਾਸੀ ਸਨ। ਆਦਿ ਵਾਸੀ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਦੀ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਆ ਦਾ ਇਕ ਵੱਡਾ ਹਿੱਸਾ ਅਕਸਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵੰਸ਼ ਅਤੇ ਪਰੰਪਰਾਵਾਂ ਨਾਲ ਮੁੜ ਜੋੜਨ ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਲਿੰਗੀ ਪਛਾਣ ਦੇ ਮੁੱਦੇ ਵੀ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਨ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਲੜਕਿਆਂ ਲਈ। ਉਹ ਲੜਕੇ ਜੋ ਇਹ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਕਿ ਆਪਣੇ ਘਰ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਸਮਲਿੰਗੀ ਹੋਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਯੋਨ-ਸੋਸ਼ਣ ਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖਤਰੇ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਲਿੰਗੀ ਪਛਾਣ ਬਾਰੇ ਭੰਬਲ-ਭੂਸਾ ਵੀ ਇਕ ਨੌਜਵਾਨ ਨੂੰ ਯੋਨ-ਸੋਸ਼ਣ ਵੱਲ ਖਿੱਚੇ ਜਾਣ ਪ੍ਰਤੀ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਬਣਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਪਛਾਣ

ਕੋਈ ਕਿਸ਼ੋਰਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਸਪੱਸ਼ਟ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਕਿ ਉਹ ਕੌਣ ਹਨ, ਅਤੇ ਇਹ ਅਹਿਸਾਸ ਵਿਕਾਸ ਦਾ ਇਕ ਆਮ ਹਿੱਸਾ ਹੈ। ਪਰ ਜਿਹੜੇ ਨੌਜਵਾਨ ਇਕੱਲੇ ਰਹਿ ਗਏ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਮਾੜੀ ਕਾਰਗੁਜ਼ਾਰੀ ਦਿਖਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਜਾਂ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਜਾਂ ਹਿੰਸਾ ਦੁਆਰਾ ਸਦਮਾਗ੍ਰਸਤ ਹੋ ਕੇ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ, "ਜੁੜੇ ਹੋਏ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ" ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਵਜੋਂ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਅਤੇ ਗਲੀਆਂ ਵੱਲ ਮੂੰਹ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਫੇਰ ਵੀ, ਇਹ ਨੌਜਵਾਨ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ, ਸਕੂਲ, ਜਾਂ ਭਾਈਚਾਰੇ ਨਾਲ ਕੁਝ ਹੱਦ ਤੱਕ ਸੰਬੰਧ ਬਣਾਈ ਰਖਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਪਰਿਵਾਰ ਹਾਲੇ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਇਹ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਕਿ ਇਹ ਸੰਬੰਧ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਵਫ਼ਤੀਹੇ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਜਾਰੀ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਕਿਸ਼ੋਰ ਬੱਚੇ ਵਿੱਚ ਇਹ ਅਹਿਸਾਸ ਪ੍ਰਭਲ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿ ਹਾਲੇ ਵੀ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ ਉਸ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ ਰਖਦਾ ਹੈ, ਹਰ ਫੋਨ, ਸੰਬੰਧ ਜਿਹੀ ਫੇਰੀ, ਜਾਂ ਕੋਈ ਸਮੇਂ ਮਿਲਣ ਦਾ ਲਾਭ ਉਠਾ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਆਰ.ਟੀ

ਗੁੰਮਗਾਹਕੁੰਨ ਮਾਹੋਲ

ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਇਕ ਅਜਿਹਾ ਗੁੰਮਗਾਹ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਮਾਹੋਲ ਵਜੋਂ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਪੈਸਾ, ਕਪੜੇ, ਨਸ਼ੀਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਜਿਥੇ ਇਕ ਦਲਾਲ ਦੁਆਰਾ ਦੇਖਭਾਲ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਵਪਾਰ ਵਿੱਚ ਫਸਾਉਣ ਲਈ ਪਿਆਰ ਜਤਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਕੁੜੀਆਂ ਨਾਲ। ਘੱਟ ਹੁਨਰ ਵਾਲੇ ਨੌਜਵਾਨ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਹੁਨਰਮੰਦ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਲੜਕਿਆਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕਮੁਕਤਾ ਦੀ ਖੋਜ ਕਰਨ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਰਾਹੀਂ ਗੁੰਮਗਾਹ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਜੇਕਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਘਰ ਜਾਂ ਭਾਈਚਾਰਕ ਮਾਹੋਲ ਸਮਲਿੰਗੀਆਂ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ।

ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੇ ਮੁੱਦੇ

*"ਉਤਸੁਕਤਾ ਅਤੇ ਅਵਿਵਸਥਾ ਸਾਡਾ ਧਿਆਨ ਅਸਲ ਚੀਜ਼ ਤੋਂ ਲਾਭੇ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਸ ਗੱਲ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਬੜਾ ਗੱਦਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਵਾਇਆ।"
ਬੀ ਸੀ ਨੌਜਵਾਨ*

ਨਾ ਪਛਾਣੇ ਗਏ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਮੁੱਦੇ ਅਕਸਰ ਨਸ਼ੀਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ, ਵਿਰੋਧ, ਦੇਹ ਰਾਤ ਤੱਕ ਬਾਹਰ ਰਹਿਣ ਜਾਂ ਰਾਤ ਨੂੰ ਘਰ ਨਾ ਆਉਣ ਵਰਗੇ ਖਤਰਨਾਕ ਵਫ਼ਤੀਹਿਆਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਮਿਸਾਲ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਇਕ ਨੌਜਵਾਨ ਲੜਕੀ ਦੇ ਨਾ ਪਛਾਣੇ ਗਏ ਦੋ-ਧਰੁਵੀ ਵਿਕਾਰ ਨੇ ਉਸ ਦੇ ਖਤਰਾ ਮੁਲ ਲੈਣ ਅਤੇ 'ਕ੍ਰਿਸਟਲ ਮੈਥ' ਦੀ ਆਦੀ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਸ ਦੇ ਰੋਗ ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗ ਜਾਣ ਤੋਂ ਹੀ ਉਹ ਦੁਬਾਰਾ ਘਰ ਰਹਿ ਰਹੀ ਹੈ, ਉਸ ਦੀਆਂ ਨਸ਼ੀਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਬੰਦ ਹੋ ਚੁਕੀਆਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਇਕ ਨੌਕਰੀ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਪਰਤਣ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ।

ਕਿਸ਼ੋਰ ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਵਿੱਚੋਂ ਲੰਘਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਕੁਝ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਔਖਾ ਸਮਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਕ ਆਮ ਕਿਸ਼ੋਰ ਅਵਸਥਾ ਦਾ ਵਫ਼ਤੀਹਾ ਕੀ ਹੈ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਅਲੱਗ-ਅਲੱਗ ਵਿੱਚਾਰ ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਇਹ ਅੰਤਰ ਜਾਣਨਾ ਔਖਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਬੱਚਾ ਇਕ ਔਖੇ ਪਰਿਵਰਤਨ ਵਿੱਚੋਂ ਲੰਘ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜਾਂ ਸਚਮੁਚ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਗੰਭੀਰ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਮੁੱਦਿਆਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਫ਼ਤੀਹੇ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਗਲਤ ਜਾਪਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਕੁਦਰਤੀ ਸੂਝ 'ਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਕਰੋ ਅਤੇ ਮੁਲਾਂਕਣ ਲਈ ਇਕ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ ਕਰੋ।

ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ

ਇਕ ਕਿਸ਼ੋਰ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਹ ਮੰਨਵਾਉਣਾ ਬੜਾ ਔਖਾ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੋਈ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਉਹ ਕਿਸੇ ਨਸ਼ੇ ਦੇ ਆਦੀ, ਆਪਣੇ-ਆਪ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਵਾਲੇ, ਖਾਣ ਵਿੱਚ ਅਵਿਵਸਥਿਤ ਜਾਂ ਇਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਉਹ ਆਤਮਘਾਤੀ ਹੀ ਕਿਉਂ ਨਾ ਹੋਣ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਹ ਵਿੱਚਾਰ ਦੇਣ ਤੋਂ ਗੁਰੇਜ਼ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸੋਚਦੇ ਹੋ ਕਿ ਉਹ ਪਾਗਲ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਨੌਜਵਾਨ ਇਸ ਸ਼ਬਦ ਨਾਲ ਨਫਰਤ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਕੁਦਰਤੀ ਸੂਝ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਕਹਿੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਵਿੱਚ ਸਚਮੁਚ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦਾ ਵਿਕਾਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਇਕ ਜਾਣਕਾਰ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਰਾਹੀਂ ਇਕ ਸੁਰੱਤਰ, ਅਤੇ ਗੁਪਤ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਵਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੋ। ਯਾਦ ਰੱਖੋ, ਇਕ ਮੁਲਾਂਕਣ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਮੁੜ ਯਕੀਨ ਦੁਆਉਣ ਲਈ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਆਰ.ਟੀ

ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ ਵਿੱਚ ਸਹੀ ਸੰਤੁਲਨ ਲੱਭਣਾ

ਪਿੱਛਲ-ਝਾੜ ਵਿੱਚ, ਕਈ ਮਾਪਿਆਂ ਨੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਗੈਰਹਾਜ਼ਰੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਖਤਰਾ ਮੁਲ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਇਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਤੱਤ ਵਜੋਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤਾ, ਜੋ ਅੱਗੇ ਚਲ ਕੇ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਿਆ। ਕਈ ਮਾਪਿਆਂ ਨੇ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤਾ ਕਿ ਉਹ ਲੋੜ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਇਹਤਿਆਸੀ ਸਨ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਇਹ ਸਿੱਖਣ ਦੇ ਮੌਕੇ ਮੁਹੱਈਆ ਨਹੀਂ ਕਰਵਾਏ ਕਿ ਸਹੀ ਦੋਸਤੀਆਂ ਕਿਵੇਂ ਬਣਾਉਣੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਕਿਵੇਂ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਸਾਥੀ ਵਰਗਾਂ ਨਾਲ ਮੇਲ-ਜੋਲ ਵਧਾਉਣਾ ਹੈ। ਸਿੱਟੇ ਵਜੋਂ, ਸਮਾਜਕ ਹੁਨਰਾਂ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਕਮੀ ਨੇ ਵਿਨਾਸ਼ਕਾਰੀ ਵਤੀਰਿਆਂ ਦਾ ਖਤਰਾ ਵਧਾ ਦਿੱਤਾ। ਅਤੇ ਕਈ ਮਾਪੇ ਅਜਿਹਾ ਕੁਝ ਵੀ ਨਹੀਂ ਪਛਾਣ ਸਕੇ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਲੱਗ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਸੀ ਜਾਂ ਕੀਤਾ ਹੁੰਦਾ, ਜੋ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕ ਸਕਦਾ ਸੀ।

ਕਈ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੇ ਪਿਤਾ ਦੇ ਨਿਰੰਕੁਸ ਵਿਹਾਰ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨੂੰ ਇਕ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਣ ਵਾਲੇ ਕਾਰਨ ਵਜੋਂ ਜ਼ਿਕਰ ਕੀਤਾ। ਇਹ ਨੌਜਵਾਨ ਧੋਸ ਜਮਾਉਣ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਨਿਯੰਤਰਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਆਮ ਮਰਦਾਨਾ ਵਤੀਰੇ ਸਮਝਦੇ ਹੋਇਆਂ ਵੱਡੇ ਹੋਏ, ਅਤੇ ਇੰਝ ਸਿੱਟੇ ਵਜੋਂ ਇਹ ਦਲਾਲ ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਆਦਮੀਆਂ ਦੁਆਰਾ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਲੂਕ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਸਨ। ਦੂਜੇ ਕੇਸਾਂ ਵਿੱਚ, ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਿਤਾ ਦੀ ਗੈਰਹਾਜ਼ਰੀ ਨੇ ਆਦਮੀਆਂ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਚੰਗੇ ਸੰਬੰਧ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਦੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਅਯੋਗਤਾ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਦਿੱਤਾ।

ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਮੁਤਾਬਕ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਿਤਾ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਾੜੇ ਸੰਬੰਧ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਨਤੀਜਾ ਸੀ ਆਦਮੀ ਦੇ ਪਿਆਰ ਅਤੇ ਸਵੀਕਾਰਤਾ ਦੀ ਲੋੜ ਦੇ ਜ਼ਬਰਦਸਤ ਅਹਿਸਾਸ ਦਾ। ਜਦੋਂ ਪਿਤਾ ਗੈਰ ਹਾਜ਼ਰ ਸੀ, ਤਾਂ ਨੌਜਵਾਨ ਅਕਸਰ ਕਹਿੰਦੇ ਸਨ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਅੰਤਰੀਵ ਸੰਬੰਧਾਂ ਵਿੱਚ ਇਕ ਪਿਤਾ ਰੂਪੀ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਭਾਲ ਕੀਤੀ। ਯੋਨ-ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਏ ਕਈ ਨੌਜਵਾਨ ਮੁੰਡਿਆਂ ਅਤੇ ਕੁੜੀਆਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਉਮਰ ਦੇ ਸਾਥੀਆਂ ਨਾਲ ਅੰਤਰੀਵ ਸੰਬੰਧ ਬਣਾਏ ਹਨ।

ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੀਆਂ ਯੋਗਤਾਵਾਂ ਲਈ ਪ੍ਰਤੀਕੂਲ ਉਮੀਦਾਂ (ਜਾਂ ਯੋਗਤਾਵਾਂ ਦੀ ਕਮੀ) ਨੇ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਢੰਗ ਨਾਲ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੀ, ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਕਰਕੇ ਆਦਮੀਆਂ ਨਾਲ, ਸਿਹਤਮੰਦ ਸੰਬੰਧ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ, ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਕੀਤਾ, ਅਤੇ ਘੱਟ ਸਵੈ-ਮਾਣ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਕੀਤਾ।

ਨਿਯਮਿਤ ਹੱਦਾਂ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕਰਨਾ

ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੇ ਹੱਦਾਂ ਪਰਖਣ ਅਤੇ ਨਿਯਮਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਨਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁਣ ਵਰਗੀਆਂ ਕਈ ਵਤੀਰੇ ਸੰਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਘਰੋਂ ਹੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਹ ਰਾਤ ਦੇ ਖਾਣੇ ਲਈ ਘਰ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੇ, ਘਰ ਵਿੱਚ ਕਰਕਿਉ ਵਰਗੇ ਮਾਹੌਲ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਬਾਹਰ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਕਦੇ-ਕਦੇ ਘਰ ਵਾਪਸ ਆਉਂਦੇ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਇਕ ਚੰਗਾ ਰਿਸ਼ਤਾ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਉਮੀਦ ਵਿੱਚ ਨਿਯਮਾਂ ਨਾਲ ਸਮਝੌਤਾ ਕਰਨਾ ਅਸਲ ਮੁੱਦਿਆਂ ਨੂੰ ਸੰਬੰਧਤ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਕਈ ਮਾਪਿਆਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸੰਤੁਸ਼ਟ ਕਰਨ ਦੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਨੇ ਸਥਿਤੀ ਨੂੰ ਹੋਰ ਮਾੜਾ ਬਣਾ ਦਿੱਤਾ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਬੱਚਾ ਸੋਚਦਾ ਸੀ, ਕਿ ਉਹ ਪਰਵਾਹ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ।

ਨੌਜਵਾਨ ਲੋੜਦੇ ਹਨ ਕਿ ਮਾਪੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਕ ਬਣਿਆ ਬਣਾਇਆ, ਗੈਰ-ਪਾਰਖੂ ਤੇ ਸਪੱਸ਼ਟ ਪਾਬੰਦੀਆਂ ਵਾਲਾ ਮਾਹੌਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ, ਜਿਹੜਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਆਮ ਵਰਗ ਦੇ ਹੋਣ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਕਰਵਾ ਸਕੇ। ਸਥਿਰਤਾ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਖਤਰੇ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਘਰ ਵਿੱਚ ਪਾਬੰਦੀਆਂ ਅਤੇ ਢਾਂਚਾ, ਤੁਹਾਡੇ ਦੂਜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਅਤੇ ਬਿਨਾਂ ਸੱਕ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਵੀ ਇਕਸਾਰ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਮਾਪਿਆਂ ਨੇ ਸਾਨੂੰ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਲੋੜ ਦੇ ਸਮੇਂ ਕਾਫੀ ਢਾਂਚਾ, ਨਿਯਮ ਅਤੇ ਹੱਦਾਂ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਨ ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਸਮਰਥਨ ਦਾ ਮਾਹੌਲ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਇਕ ਵਧੀਆ ਸੰਤੁਲਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਹ ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਮਾਵਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ

ਦੀਆਂ ਸਭ ਤੋਂ ਚੰਗੀਆਂ ਦੋਸਤ ਹੋਣ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਉਮੀਦ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਨਾਲ ਇਕ ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬਾਲਗ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਅਤੇ ਬੱਚਾ ਨਾ ਰਹਿਣ ਵੱਲ ਧਕੇਲਦੀ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਆਪਣੀਆਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀਆਂ ਵਿੱਚ ਮੁੱਦਿਆਂ ਬਾਰੇ ਉਸ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਅਰਾਮਦਾਇਕ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਲਈ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੇ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਕਾਫੀ ਨੇੜਤਾ ਵਾਲਾ ਸੰਬੰਧ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਜਾਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੀਆਂ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਰਖ ਜਾਂ ਵਾਧੂ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ ਦੇਣ ਅਤੇ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰਨ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ 'ਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਮਿਸਾਲ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਇਕ ਨੌਜਵਾਨ ਲੜਕੇ ਨੇ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਨੂੰ ਅੱਧੀ ਰਾਤ ਵੇਲੇ ਇਹ ਕਬੂਲ ਕਰਨ ਲਈ ਫੌਨ ਕੀਤਾ ਕਿ ਉਹ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦਾ ਆਦੀ ਹੋ ਚੁਕਾ ਸੀ। ਭਾਵੇਂ ਉਸ ਦੀ ਮਾਂ ਨੇ ਅੰਦਰੋਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਡਰੀ ਹੋਈ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤਾ, ਪਰ ਉਸ ਨੇ ਬੜੇ ਸ਼ਾਂਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ ਦਿੱਤਾ ਅਤੇ ਨਸ਼ਾ ਛੁਡਾਉਣ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ ਲਈ ਉਸ ਨੂੰ ਹਸਪਤਾਲ ਲੈ ਗਈ। ਜਿਸ ਢੰਗ ਨਾਲ ਉਸ ਨੇ ਸਥਿਤੀ ਨੂੰ ਨਿਬੇੜਿਆ, ਉਹ ਉਸ ਨੌਜਵਾਨ ਲਈ ਇਕ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਪਲ ਸੀ; ਉਹ ਜਾਣਦਾ ਸੀ ਕਿ ਉਹ ਮਦਦ ਲਈ, ਬਿਨਾਂ ਉਸ 'ਤੇ ਕੋਈ ਦੋਸ਼ ਲੱਗੇ ਜਾਂ ਮਾਂ ਦੀ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਬਿਨਾਂ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੇ, ਉਸ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਸੀ।

ਮੁਨਾਸਬ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਸਿਖਣਾ

ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਸਿਖਾਏ ਜਾਣ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਵੀ ਪ੍ਰਗਟਾਈ, ਪਰ ਇਹ ਸਾਵਧਾਨ ਵੀ ਕੀਤਾ ਕਿ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਪ੍ਰਬਲ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਅਣਲੋੜੀਂਦਾ ਤਣਾਅ ਅਤੇ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਉਠਾਉਣ ਲਈ ਆਗਿਆ ਅਤੇ ਸਮਰਥਨ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣਾ ਯੋਗਤਾ ਅਤੇ ਸਵੈ-ਯੋਗਤਾ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਵਧਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਪ੍ਰਤੀ ਇਕ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੇ ਕੰਮ ਕਿਵੇਂ ਦੂਜੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਨੌਜਵਾਨ ਇਸ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਗਰੂਕ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਸਿੱਟੇ ਵਜੋਂ, ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਦੇ ਉਮਰ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਮੁਨਾਸਬ ਪੱਧਰ ਸਿਖਣਾ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਖਤਰਾ ਮੁਲ ਲੋੜ ਤੋਂ ਬਚਾ ਕੇ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ ਕਹੇ ਜਾਣ ਦਾ ਇਕ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਅਸਰ ਪੈਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨ ਇਹ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਉਹ ਫੈਸਲੇ ਕਰਨ ਲਈ ਹੈ, ਜਿਹਨਾਂ ਲਈ ਉਹ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਹਨ।

ਸਿੱਖਣ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਵੀ ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਕਲਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਰਹੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਸਵੈ-ਮਾਣ ਦੀ ਇਕ ਮਜ਼ਬੂਤ ਭਾਵਨਾ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੋਣਾ

ਸਾਰੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਇਹ ਇੱਛਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨ ਬੱਚੇ ਹੋਰ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੋਣ। ਦਰਅਸਲ, ਬਹੁਤ ਮਾਪੇ ਜਾਣਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕਿਸੇਰ ਬੱਚੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਬੜੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਮੁਢਲੀ ਅਵਸਥਾ ਦੇ ਕਿਸ਼ੋਰ (14 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ) ਅਕਸਰ ਆਪਣੀਆਂ ਚੋਣਾਂ ਵਿੱਚ ਆਵੇਗਪੂਰਨ ਅਤੇ ਤੰਗ ਸੂਝ ਵਾਲੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਹਾਲੇ ਵੀ ਬਹੁਤ ਠੋਸ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸੋਚਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਬਣਤਰ ਹਾਲੇ ਭਵਿਖ ਦੁਆਲੇ ਕੇਂਦਰਿਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਸਿੱਟੇ ਵਜੋਂ, ਉਹ ਸਵਾਲ ਅਤੇ ਫੈਸਲੇ ਜੋ, ਉਹ ਆਪਣੇ ਭਵਿਖ ਬਾਰੇ ਸੋਚਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਾਰਜਾਂ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਫੈਰੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹੀ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਮਾਪੇ ਛੱਟੀ ਮਿਆਦ ਦੀਆਂ, ਲਾਗੂ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਹੱਦਾਂ ਜਾਂ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਤੈਅ ਕਰਕੇ ਅਤੇ ਸਪੱਸ਼ਟ ਤਰੀਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਵਤੀਰਿਆਂ ਲਈ ਇਨਾਮ ਦੇ ਕੇ ਇਸ ਵਿਕਾਸਸ਼ੀਲ ਪੜਾਅ ਨਾਲ ਢਾਲ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਮਿਸਾਲ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਨਸ਼ੀਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵਿੱਚ ਲੱਗ ਰਹੇ ਪੈਸੇ ਲਈ ਚਿੰਤਤ ਹੋ, ਤਾਂ ਪੈਸੇ ਦੀ ਬਜਾਏ ਹੋਰ ਇਨਾਮ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇਕ ਸੀਡੀ ਜਾਂ ਫਿਲਮ ਦੀਆਂ ਟਿਕਟਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦਿਓ, ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਇਸ ਦੀ ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਾ ਕਰੇਗਾ।

ਆਰ. ਟੀ.

ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣ ਲਈ ਸੰਘਰਸ਼ ਕਰਨਾ

ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣ ਲਈ ਸੰਘਰਸ਼ ਇਸ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲੇ ਨਾਲੋਂ ਕਿਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਔਖਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਜੀਵਨਸ਼ੈਲੀ ਵਿੱਚ ਇਕ ਵੱਡਾ ਪਰਿਵਰਤਨ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਸੰਭਵ ਤੌਰ 'ਤੇ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਦਿਹਾੜੀ ਵਾਲੀਆਂ ਨੌਕਰੀਆਂ ਲਈ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕਮਾਈਆਂ ਨੂੰ ਛੱਡਦੇ ਹੋਏ, ਅਤੇ ਕਈ ਕੇਸਾਂ ਵਿੱਚ, ਕਿਸੇ ਪਦਾਰਥ ਦੀ ਆਦਤ 'ਤੇ ਕਾਬੂ ਪਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਅਪਣੇ ਕਾਰਜਾਂ ਨੂੰ ਅਨੁਕੂਲ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਚੁਣੌਤੀ ਦਾ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਨੌਜਵਾਨ ਨਸ਼ੀਲੀਆਂ ਵਸਤਾਂ ਨਹੀਂ ਵਰਤਦੇ ਹੁੰਦੇ, ਪਰ ਕਈ ਨੌਜਵਾਨ ਆਪਣਾ ਜੀਅ ਬਦਲਣ ਅਤੇ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਵਜੋਂ ਕਿਸੇ ਦਵਾਈ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰਤਾ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ।

ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ, ਕਈ ਨੌਜਵਾਨ ਅਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਵਜੋਂ ਨਹੀਂ ਪਛਾਣਦੇ, ਅਤੇ ਇਹ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਯੋਨ-ਸੰਬੰਧਾਂ ਨੂੰ ਸਹਾਰਾ, ਭੋਜਨ, ਨਸ਼ੀਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਜਾਂ ਪੈਸਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਇੰਝ ਸਿੱਟੇ ਵਜੋਂ, ਇਸ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਸਮਝਦੇ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਸਮੂਲੀਅਤ ਦੀ ਸਮਝ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦੀ ਹੈ, ਸਿਹਤਯਾਬੀ ਵੇਲੇ।

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣ ਲਈ ਕਿਵੇਂ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ?

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਯੋਨ-ਸੋਸ਼ਣ ਹੋਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਦੀ ਤਬਾਹੀ ਅਤੇ ਸਦਮਾ ਸ਼ਾਇਦ ਉਨ੍ਹਾਂ ਮਾਪਿਆਂ

"ਇਹ ਨਰਕ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਨਰਕ ਨਾਲੋਂ ਵੀ ਭੈੜਾ ਹੈ"

ਲਈ ਹੀ ਸਮਝਣ ਯੋਗ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਇਸ ਤਜਰਬੇ ਵਿੱਚੋਂ ਲੰਘਦੇ ਹਨ। ਮਾਪੇ ਇਸ ਦਰਦ ਨੂੰ ਨਰਕ ਤੋਂ ਕਿਤੇ ਭੈੜਾ ਨਰਕ ਦਸਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਸ ਤਜਰਬੇ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਕਿਸੇ ਜੰਗ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਂਗ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਬੀ ਸੀ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ

ਹੌਸਲਾ ਨਾ ਛੱਡੋ

ਅਸੀਂ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਪੁੱਛਿਆ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਕੱਢਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਅਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਘੱਟ ਮਦਦਗਾਰ ਕੀ ਲੱਗਾ। ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਇਸ ਸਵਾਲ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦੇਣਾ ਸਭ ਤੋਂ ਔਖਾ ਸੀ, ਕਿਉਂਕਿ ਹਰੇਕ ਬੱਚਾ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਅਲੱਗ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀਆਂ ਦੇ ਹਾਲਾਤ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਸਾਰੇ ਮਾਪਿਆਂ ਵੱਲੋਂ ਇਕ ਮਜ਼ਬੂਤ ਸੁਨੇਹਾ ਇਹ ਸੀ ਕਿ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਹੌਸਲਾ ਨਾ ਛੱਡੋ। ਮਾਪੇ ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਉਪਲੱਬਧ ਹੋਣ ਦੇ ਇੱਛੁਕ ਸਨ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸੰਕਟ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ ਦੇਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਸਨ। ਮਿਸਾਲ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਕ ਪਿਤਾ ਅਤੇ ਮਾਂ ਇਹ ਪ੍ਰਬਲ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਬੇਟੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਘਰ ਆ ਸਕਦੀ ਸੀ, ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਸੰਭਾਵਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਬਚਾ ਲਿਆ, ਅਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਕਰਕੇ ਜਦੋਂ ਉਸ ਦੀ ਹਾਲਤ ਬਹੁਤ ਖਰਾਬ ਹੋ ਗਈ, ਤਾਂ ਇਹ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸੀ। ਦੋਵੇਂ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਕੋਲ ਇਕ ਸਪੱਸ਼ਟ ਅਤੇ ਨਿਰੰਤਰ ਸੁਨੇਹਾ ਸੀ: ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ, ਕਿਸੇ ਵੀ ਜਗ੍ਹਾ, ਅਸੀਂ ਤੈਨੂੰ ਲੈਣ ਆ ਜਾਵਾਂਗੇ।

ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਕਦੇ ਵੀ ਨਾ ਛੱਡੋ ਕਿ ਕੀ ਚਲ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਭਾਵੇਂ ਜੇਕਰ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚੁਪ ਕਰਾਉਣਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣ, ਉਹੀ ਕਰੋ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸਣ ਲਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਜਦੋਂ ਵੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਸਮਰਥਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ, ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਮੌਜੂਦ ਹੋ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਵਕੀਲ ਹੋਣਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਸਮਰਥਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜੇ ਕਾਰਜ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਉਹ ਸਿਖਣ ਲਈ ਸਰੂਲ ਕੋਸ਼ਲਰਾਂ, ਯੂਥ ਵਰਕਰਾਂ, ਹਮਾਇਤੀ ਗਰੁੱਪਾਂ, ਪੁਲੀਸ ਤਾਲਮੇਲ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ, ਡਾਕਟਰਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਮਿਸਾਲ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਨਾਓ ਕੈਨੇਡਾ ਸੋਸਾਇਟੀ ਫੋਕਸ ਗਰੁੱਪ (NOW Canada Society focus group) ਵਿੱਚ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਏਜੰਸੀ ਵੱਲੋਂ ਮੁਹੱਈਆ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਮਾਇਤੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ਾਂ ਬੇਅਸਰ ਹੀ ਰਹਿੰਦੀਆਂ। ਮਾਪੇ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨ ਦੋਵਾਂ ਨੇ ਹੀ ਇਸ 'ਤੇ ਸਹਿਮਤੀ ਜਤਾਈ ਕਿ ਇਹ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਸਫਲ ਸਨ, ਅੰਸ਼ਕ ਰੂਪ ਵਿੱਚ, ਇਸ ਕਰਕੇ ਕਿਉਂਕਿ ਜਦੋਂ ਨੌਜਵਾਨ ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਛੱਡਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਸਨ, ਤਾਂ ਉਹ ਉਪਲੱਬਧ ਸਨ। ਨਾਓ ਕੈਨੇਡਾ (NOW Canada) ਬੀ ਸੀ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿੱਚ ਯੋਨ-ਸੋਸ਼ਣ ਦਾ ਸਿਕਾਰ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਲਈ, ਇਕ ਬੇਘਰ ਸਹਾਰੇ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਲੰਬੀ ਮਿਆਦ ਦੇ ਘਰ ਅਤੇ ਨਿਰੰਤਰ ਸਮਰਥਨ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤਯਾਬ ਕਰਨ

ਅਤੇ ਸੁਤੰਤਰਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਵਰਗੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਇਕ ਲੜੀ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦਾ ਹੈ।

(ਸਮਰਥਨ ਜਾਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਗਰੁਪਾਂ ਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਲਈ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਸਤੇ ਪੇਜ 18 'ਤੇ ਸਰੋਤਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਦੇਖੋ)

ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਛੱਡਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਜ਼ਰੂਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ

ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਨੂੰ ਛੱਡਣ ਲਈ ਕੋਈ ਵੀ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਮਜਬੂਰ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ; ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣੀ ਚੋਣ ਆਪ ਹੀ ਕਰਨੀ ਹੈ। ਅਸਲ ਵਿੱਚ, ਸਭ ਤੋਂ ਸਫਲ ਸਿਹਤਯਾਬੀ ਉਸ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਛੱਡਣ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਹੋਵੇ।

ਫੇਰ ਵੀ, ਨੌਜਵਾਨ ਸਿਹਤਮੰਦ, ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਸੰਬੰਧਾਂ ਨੂੰ ਯਾਦ ਰਖਦੇ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਭਰ ਸਾਂਝ ਕੇ ਰਖਦੇ ਹਨ। ਮਿਸਾਲ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੈਲੋਨਾ ਵਿੱਚ ਇਕ ਇਕੁਈਨ ਥੈਰੇਪੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈ ਰਹੀਆਂ ਲੜਕੀਆਂ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਘੋੜਿਆਂ ਨਾਲ ਮਜਬੂਤ ਰਿਸ਼ਤਾ ਬਣਾ ਲਿਆ ਹੈ, ਜਿਹਨਾਂ 'ਤੇ ਉਹ ਸਵਾਰੀ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ, ਜੋ ਕੁਝ ਲੜਕੀਆਂ ਲਈ ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਛੱਡਣ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਣਾ ਬਣ ਗਏ ਹਨ। ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਫਿਕਰਮੰਦ ਬਾਲਗਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਨਾਲ ਵੀ ਬੜਾ ਫਰਕ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਮੁੜ ਤੋਂ ਪਹਿਲੀ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਅਤੇ ਪਰਿਵਰਤਨ ਲਈ ਕਿਸੇ ਵੀ ਨੌਜਵਾਨ ਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਮਾਂ ਲਗਦਾ ਹੈ।

ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ, ਕਿਸੇ ਵੀ ਜਗ੍ਹਾ ਤੋਂ, ਅਸੀਂ ਤੈਨੂੰ ਲੈਣ

ਬਹੁਤ ਕਿਸ਼ੋਰਾਂ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ, ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੇ ਆਪਣੀਆਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀਆਂ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਦਖਲ ਪ੍ਰਤੀ ਵਿਰੋਧੀ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਗਟਾਵਾ ਕੀਤਾ। ਕਦੇ-ਕਦੇ ਜਦੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਾਪੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆ ਜਾਵਾਂਗੇ/ਲੱਭਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਗੁੱਸਾ ਲਗਦਾ। ਬੀ ਸੀ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਨਾਲ ਹੀ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਇਹ ਵੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਬਿਨਾਂ ਸਰਤ ਪਿਆਰ ਅਤੇ ਸਮਰਥਨ ਜ਼ਰੂਰੀ ਸੀ। ਮਿਸਾਲ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਇਕ ਨੌਜਵਾਨ ਜਿਸ ਦਾ ਯੋਨ-ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਹ ਜੀਵਨ-ਸ਼ੈਲੀ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਸੀ, ਉਸ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਸ ਦੀ ਬਹੁਤੀ ਹੋਂਦ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਇਸ ਤੱਥ ਕਾਰਨ ਸੀ ਕਿ ਉਸ ਦੀ ਮਾਂ ਨੇ ਕਦੇ ਵੀ ਹੌਸਲਾ ਨਹੀਂ ਛੱਡਿਆ ਅਤੇ ਉਹ ਉਸ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਵਕੀਲ ਰਹੀ।

ਛੱਡਣ ਲਈ ਤਿਆਰ

ਕਿਸੇ ਵੀ ਮਾਤਾ/ਪਿਤਾ ਲਈ ਉਸ ਵੇਲੇ ਕੁਝ ਨਾ ਕਰ ਸਕਣਾ ਬੜਾ ਔਖਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਕੁਝ ਖਤਰਨਾਕ ਵਪਾਰ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ। ਨੁਕਸਾਨ ਘਟਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਨੀਤੀਆਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕੋਡਮ ਸਪਲਾਈ ਕਰਨਾ, ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਕਿਸ਼ੋਰ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਗਲੀ ਵਾਲੇ ਕਲਿਨਿਕ 'ਤੇ ਲੈ ਜਾਣ ਨਾਲ ਨਕਾਰਾਤਮਕ

ਸਿੱਟੇ ਕੁਝ ਸੀਮਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਤੀਰਿਆਂ ਨੂੰ ਰੋਕਦੇ ਨਹੀਂ ਜਿਹਨਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚਿੰਤਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਤੁਸੀਂ

ਇਹੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜਿੰਨਾ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ ਅਤੇ ਜਿੰਨੀ ਦੇਰ ਤੱਕ ਹੋ ਸਕੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖੋ। ਇਸ ਕਰਕੇ ਹੌਸਲਾ ਨਾ

ਛੱਡੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਅਟੱਲ ਰਹੋਗੇ, ਬੇਹਤਰੀ ਲਈ ਪਰਿਵਰਤਨ ਹੋਣੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਣਗੇ, ਪਰ ਇਸ ਵਿੱਚ 10 ਸਾਲ ਵੀ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਆਰ.ਟੀ.

ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਨਿਰਾਸ਼ਾਜਨਕ ਮੁੱਦਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇਕ ਹੈ ਉਸ ਸ਼ਕਤੀ ਜਾਂ ਸਰੋਤਾਂ ਦੀ ਕਮੀ, ਜੋ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਦ੍ਰਿੜ੍ਹ ਮਾਹੌਲ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਹਨ। ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਮਾਪੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਗਲੀਆਂ ਤੋਂ ਕਢਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਆਖਰ ਵਿੱਚ ਸਾਡੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਢਾਂਚੇ ਤਹਿਤ ਚੋਣ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਨੌਜਵਾਨ ਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਬਸ਼ਰਤ ਕਿ ਬੱਚਾ ਸਰਕਾਰੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਵਿੱਚ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਬੀ ਸੀ ਵਿੱਚ ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਵਿੱਚ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਯੂਥ ਨਸ਼ਾ-ਛੁਡਾਊ ਇਲਾਜ ਕੇਂਦਰ ਅਤੇ ਹਮਾਇਤੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਗਿਣਤੀ ਅਤੇ ਪਹੁੰਚ ਪੱਖੋਂ ਸੀਮਤ ਹਨ।

ਜਦੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹਾਲਤ ਇੰਨੀ ਮਾੜੀ ਹੋ ਗਈ ਕਿ ਉਹ ਇਸ ਨੂੰ ਹੋਰ ਸਹਿਨ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਸਨ ਤਾਂ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਛੱਡਣਾ ਚਾਹੁਣ ਲਈ ਜਿਸ ਨੇ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕੀਤਾ, ਉਹ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਹੋਰ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਦੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਇੱਛਾ ਅਤੇ

ਇਕਦਮ ਹੇਠਲੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਚਲੇ ਜਾਣ ਦਾ ਮੇਲ ਸੀ। ਦੂਜੇ ਨੌਜਵਾਨ ਨੇ ਸੂਚਿਤ ਕੀਤਾ ਕਿ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣ ਲਈ ਉਸ ਦਾ ਨਿਸ਼ਚਾ ਉਦੋਂ ਸਾਹਮਣੇ ਆਇਆ, ਜਦੋਂ ਉਸ ਦੀ ਮਾਂ ਬਹੁਤ ਬੀਮਾਰ ਹੋ ਗਈ। ਇਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਉਹ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਇਸ ਜਗ੍ਹਾ ਪਹੁੰਚ ਗਈ, ਇਹ ਜਾਣਦੇ ਹੋਏ ਕਿ ਉਸ ਦੀ ਸਿਹਤਯਾਬੀ ਲਈ ਉਸ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਪਿਆਰ ਅਤੇ ਹਮਾਇਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਸੀ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਬੰਦ ਕਰਨਾ ਪਵੇ, ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਤਾਲਾ ਨਾ ਲਗਾਓ

ਕਈ ਮਾਪਿਆਂ ਨੇ ਉਸ ਵੇਲੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨਾਲ ਵਿਸ਼ਵਾਸਘਾਤ ਹੋਣ, ਗੱਲਾਂ ਵਿੱਚ ਆ ਜਾਣ ਤੇ ਸਵਾਰਥ ਲਈ ਵਰਤੇ ਜਾਣਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤਾ, ਜਦੋਂ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਖਤ ਮਿਹਨਤ, ਕੁਰਬਾਨੀ ਅਤੇ ਸਮਰਥਨ ਮਗਰੋਂ ਵੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਬੱਚਾ ਵਾਪਸ ਖਤਰਾ ਮੁਲ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਪੁਰਾਣੇ ਵਤੀਰਿਆਂ ਵੱਲ ਮੁੜ ਗਿਆ। ਇਹ ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਨੂੰ ਛੱਡਣਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲ ਲੈਣ ਦੀ ਇਕ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਹਮੇਸ਼ਾ ਲਈ ਛੱਡਣ ਵਾਸਤੇ ਅਕਸਰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਨੌਜਵਾਨ ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਵੱਲ ਵਾਪਸ ਕਈ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਮੁੜਦੇ ਹਨ, ਜਿਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਜਾਣੇ-ਪਛਾਣੇ ਕੁਲੀਨ ਗਰੁਪ ਜਾਂ ਸੰਬੰਧ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਬਣਨ ਵਰਗੇ ਮੁੱਦੇ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਬਾਰੇ ਉਹ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਜਾਣਦੇ ਹਨ।

ਭਾਵੇਂ ਇਹ ਤਜਰਬਾ ਤਬਾਹਕੁੰਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੇ ਜ਼ੋਰ ਦੇ ਕੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਕ "ਸਖਤ ਪਿਆਰ" ਦਾ ਨਜ਼ਰੀਆ - ਜੋ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਦਸਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਘਰ ਨਹੀਂ ਆ ਸਕਦੇ, ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਉਹ ਬਦਲਦੇ ਨਹੀਂ - ਕਦੇ ਵੀ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਇਕ ਮਾਤਾ/ਪਿਤਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਆਪਣੀ ਬੇਟੀ ਨੂੰ ਘਰੋਂ ਬਾਹਰ ਕੱਢਣ ਨਾਲ ਹਾਲਾਤ ਹੋਰ ਮਾੜੇ ਹੋ ਗਏ, ਉਸ ਦੀ ਬੇਟੀ ਨੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਤਿਆਰੀ ਹੋਈ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਉਸ ਦੇ ਖਤਰੇ ਮੁੱਲ ਲੈਣ ਅਤੇ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਹੋਰ ਵੱਧ ਗਈ।

*ਮੇਰੀ ਮਾਂ ਮੇਰੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਵਕੀਲ ਸੀ''
ਬੀ ਸੀ ਨੌਜਵਾਨ*

ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਜਾਣੂ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਜੋ ਬੱਚੇ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ, ਉਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਸੰਦ ਨਹੀਂ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਤੀਰੇ 'ਤੇ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ ਦੇ ਕੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਅੰਤਰ ਸਮਝਾਓ, ਬਜਾਏ ਇਸ ਦੇ ਕਿ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਕੁਝ ਗਲਤ ਵਾਪਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ।

ਜੇਕਰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਸੰਬੰਧੀ ਮੁੱਦੇ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਤਾਂ ਮਾਪੇ ਇਹ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਚਲੇ ਜਾਣ ਵਾਸਤੇ ਕਹਿਣ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਹੋਰ ਕੋਈ ਚਾਰਾ ਨਹੀਂ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਘਰ ਵਿਚ ਰਹਿਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਨਹੀਂ ਦੇ ਸਕਦੇ ਤਾਂ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਗੱਲਬਾਤ ਦੇ ਰਾਹ ਹਾਲੇ ਵੀ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਰਹਿਣ। ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਇਹ ਜਾਣਦਾ ਹੋਵੇ ਕਿ ਜਦੋਂ ਉਹ ਫੇਰ ਤੋਂ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਖੁੱਲ੍ਹਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਹਰ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਉਹ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ/ਚਾਹੁੰਦੀ ਹੋਵੇ, ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਖੁੱਲ੍ਹਾ ਹੀ ਰਹੇਗਾ।

ਇੱਕ ਖੁੱਲ੍ਹਾ ਦਰਵਾਜ਼ਾ

ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਔਖਾ ਕੰਮ ਸੀ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਛੱਡਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋਣ ਵਾਸਤੇ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਇਹ ਸਮਝਣਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਛੱਡਣ ਲਈ ਕਾਫੀ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਹੋਣਾ ਪਵੇਗਾ। ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਨੂੰ ਕੋਈ ਰਾਤੋ-ਰਾਤ ਨਹੀਂ ਛੱਡਿਆ ਜਾਂਦਾ, ਬਲਕਿ ਪੜਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਛੱਡਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਈ ਵਾਰ ਨੌਜਵਾਨ ਕਈ ਸਾਲ ਤੱਕ ਇਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਅਤੇ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਯਕੀਨ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਬਦਲਾਅ ਅਸਲੀ ਹਨ ਜਾਂ ਇਹ ਕਿ ਉਮੀਦ ਰੱਖਣਾ ਸਮਝਦਾਰੀ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਛੋਟੇ ਛੋਟੇ ਚਿੰਨ੍ਹ ਅਤੇ ਆਸਪੂਰਨ ਵਤੀਰਿਆਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਸਫਲਤਾਪੂਰਵਕ ਇਸ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਆ ਗਿਆ ਹੋਵੇ, ਸਿਰਫ ਤਾਂ ਹੀ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਨਿਭਾਈ ਗਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਭੂਮਿਕਾ ਦੀ ਕਦਰ ਕਰੇਗਾ/ਕਰੇਗੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਾ, ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਿਲਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਬੜੀ ਬਹੁਮੁੱਲੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਨੂੰ ਤਾਲਾ ਲਗਾ ਦਿਓਗੇ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਇਹ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆ ਸੁਣਨ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਮਿਲੇਗੀ।
ਆਰ.ਟੀ.

ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸਮਰਥਨ ਲਈ ਪੰਜ ਨੁਕਤੇ

ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਮਰਥਨ ਦੇਣ ਲਈ ਪੰਜ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਦਮਾਂ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਜੋ ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਕਲਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਮਾਨਤਾ, ਸੰਕਲਪ, ਪੁਨਰਸਥਾਪਤੀ, ਪੁਨਰਵਸੋਥਾ ਅਤੇ ਸਮਝੌਤਾ।

"ਕਿਸੇ ਕਿਸਮ ਦੀ ਸਫਲਤਾ ਲਈ
ਮਿਹਨਤ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ"
ਬੀ.ਸੀ. ਮਾਤਾ/ਪਿਤਾ

ਮਾਨਤਾ

ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਦਰਦ ਪਿਛੇ ਛੱਡ ਕੇ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜਿਸ ਦਰਦ ਦਾ ਤਜਰਬਾ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਉਸਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਮਝਣ ਯੋਗ ਹੋਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦਰਦ ਅਤੇ ਦੁੱਖ ਬਾਰੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਸਮਝ ਮਦਦ ਮੰਗਣ ਲਈ ਹੌਸਲਾ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸੀ। ਇਕ ਨੌਜਵਾਨ ਲਈ, ਉਸ ਦੀ ਮਾਂ ਨੇ ਜੋ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਕੰਮ ਕੀਤਾ ਉਹ ਸੀ ਮਾਨਤਾ, ਅਤੇ ਉਹ ਹੁਣ ਵੀ ਜਾਰੀ ਹੈ। ਮਾਨਤਾ ਦੀ ਕਮੀ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨਾਲੋਂ ਟੁੱਟਿਆ ਹੋਇਆ ਅਤੇ ਇਕੱਲਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਵਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਸਿਹਤਯਾਬੀ ਹਰੇਕ ਦੇ ਲਈ ਇਕ ਲੰਬੀ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਸਥਿਰ, ਨਿਰੰਤਰ ਮਾਨਤਾ ਤੰਦਰੁਸਤ ਹੋਣ ਦੀ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਆ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਸੰਕਲਪ ਕਰਨਾ

ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲ ਰਹੇ ਇਕ ਨੌਜਵਾਨ ਲਈ ਇਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਦਮ ਪਰਿਵਰਤਨ ਲਈ ਸੰਕਲਪ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੇ ਜ਼ੋਰ ਦੇ ਕੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਕੋਈ ਵੀ ਉਸ ਨੂੰ ਇਸ ਜਗ੍ਹਾ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣ ਲਈ ਮਜਬੂਰ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਸੀ। ਜਦ ਕਿ ਇਸ ਪੜਾਅ ਤੱਕ ਜਾਣ ਲਈ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦਾ ਬਿਨਾਂ ਸ਼ਰਤ ਪਿਆਰ ਅਤੇ ਸਮਰਥਨ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਸੰਕਲਪ ਉਦੋਂ ਸਾਹਮਣੇ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਨੌਜਵਾਨ ਤਿਆਰ ਹੋਣ। ਫੇਰ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਆਪਣੇ ਇਰਾਦੇ ਨੂੰ ਮਜਬੂਤ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਮਦਦ ਅਤੇ ਸਮਰਥਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਤਾਂ ਕੀ ਮਾਪੇ ਸਿਰਫ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਉਮੀਦ ਕਰਨ ਕਿ ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿ ਕੁਝ ਭਿਆਨਕ ਵਾਪਰ ਜਾਵੇ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਇਸ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣ ਦਾ ਸੰਕਲਪ ਕਰਨਗੇ? ਨਹੀਂ, ਪਰ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਹੱਦਾਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਿਜ ਵਿੱਚ ਹਮਲਾ ਨਾ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਮਿਸਾਲ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਜਦੋਂ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲੱਭਣ ਜਾਂਦੇ ਸੀ, ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਉਸ ਵੇਲੇ ਸ਼ਾਇਦ ਗੁੱਸਾ ਲੱਗਦਾ ਸੀ ਕਿਉਂਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਅਜ਼ਾਦੀ ਅਤੇ ਨਿਯੰਤਰਣ ਖਤਰੇ ਵਿੱਚ ਸੀ। ਹਰ ਕੋਈ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸਥਿਤੀ ਦੇ ਨਿਯੰਤਰਣ ਵਿੱਚ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇੰਨਾ ਕਿ ਨੌਜਵਾਨ ਬਦਲਾਅ ਦੇ ਦਬਾਅ ਪ੍ਰਤੀ ਰੁਕਾਵਟ ਦੇ ਇਕ ਰੂਪ ਵਜੋਂ ਉਹ ਕੁਝ ਖਤਰਨਾਕ ਵਤੀਰਿਆਂ ਨੂੰ ਰੋਕ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਪਰਿਵਰਤਨ ਲਈ ਬਾਹਰ ਦਾ ਪ੍ਰਬਲ ਦਬਾਅ ਬਹੁਤ ਹੀ ਸ਼ਕਤੀਹੀਣ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਜਿੰਨਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦਬਾਅ ਹੋਵੇਗਾ, ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਲੱਗੇਗਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਉਨੀ ਹੀ ਘੱਟ ਚੋਣ ਹੈ।

ਕਈ ਵਾਰੀ ਮਾਪੇ ਕਈ ਛੋਟੀਆਂ-ਛੋਟੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਿਹਨਾਂ ਦਾ ਮਤਲਬ ਬਹੁਤ ਵੱਡਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪ੍ਰਸੰਸਾ ਕਰਨਾ, ਕਦਰ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਸਿਫਤ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਸ਼ਬਦ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਾਓ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਬਾਰੇ ਬੇਹਤਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਵਾਓ। ਮਿਸਾਲ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਖੇਡਾਂ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਮਰੱਥਾ, ਸਵੈ-ਮਾਣ ਅਤੇ ਬੇਹਤਰ ਸਿਹਤ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਘੋੜੇ ਦੀ ਸਵਾਰੀ ਕਈ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਅਜੁਬੇ ਕਰ ਦਿਖਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਸਮਰੱਥਾ ਦੀਆਂ ਵਧਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਪਰਿਵਰਤਨ ਦੇ ਆਪਣੇ ਸੰਕਲਪ ਨੂੰ ਮਜਬੂਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਪਤਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਦਿਲਚਸਪੀ ਕਿਸ ਵਿੱਚ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਜਾਂ ਸਵੈ-ਸੇਵਾ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰੋ। ਇਹ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਵੀ ਦਿਖਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਹੋਰ ਵੀ ਚੋਣਾਂ ਹਨ, ਉਹ ਆਪਣੇ ਵਰਤਮਾਨ ਦੀ ਜੀਵਨ-ਸ਼ੈਲੀ ਵਿੱਚ ਫਸੇ ਹੋਏ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸਫਲ ਹੋਣ ਦੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਯੋਗਤਾ ਹੈ।

ਪੁਨਰਸਥਾਪਤੀ

ਇਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਨੌਜਵਾਨ ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਉਸ ਨੌਜਵਾਨ ਦਾ ਮਾਹੌਲ ਬਦਲਣਾ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਇਹ ਸਪੱਸ਼ਟ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਜਦੋਂ ਵਿਨਾਸ਼ਕਾਰੀ ਵਤੀਰੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਏ ਹੋਣ, ਉਦੋਂ ਕੀ ਪੁਨਰਸਥਾਪਤੀ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਮਦਦਗਾਰ ਸਾਬਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ। ਕਈ ਵਾਰ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਮੂਲ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੋਸਤਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਕਰਨ ਲਈ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਹਟਾ ਕੇ ਇਕ ਨਵੇਂ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਕਰਵਾਉਣਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਉਮੀਦ ਵਿੱਚ ਕਿ, ਉਹ ਨਵੇਂ ਅਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਸੰਬੰਧਤ ਬਣਾ ਲੈਣਗੇ। ਪਰ ਇਹ ਨਜ਼ਰੀਆ ਬੁਨਿਆਦੀ ਮੁੱਦਿਆਂ ਨੂੰ ਸੰਬੰਧਤ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ। ਕਿਉਂਕਿ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਖਤਰਨਾਕ ਵਤੀਰਿਆਂ ਵਿੱਚ ਰੁੱਝਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ, ਉਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਅਜਿਹੇ ਦੋਸਤ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ ਜੋ ਨਵੇਂ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ, ਕੁਝ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੇ, ਹਰ ਵਾਰੀ ਜਦੋਂ ਵੀ ਕੁਝ ਗਲਤ ਹੋਇਆ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੂਜੀ ਜਗ੍ਹਾ ਭੇਜੇ ਜਾਣ ਬਾਰੇ ਅਸੁਰੱਖਿਆ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤੀ। ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਨੌਜਵਾਨ ਵੱਧ ਖਤਰੇ ਵਾਲੇ ਵਤੀਰਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਲੱਗੇ, ਉਦੋਂ ਇਕਸਾਰਤਾ ਅਤੇ ਢਾਂਚਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਜਾਪਦੇ ਹਨ।

ਮੁੜਸਥਾਪਤੀ

ਅੱਲ੍ਹੜ ਕਿਸ਼ੋਰ ਜੋ ਅਪਰਾਧੀ ਗਰੁਪਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਦਿਲਚਸਪੀ ਭਾਵੇਂ ਨਾ ਵੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਵੀ ਉਹ ਪੁਨਰਸਥਾਪਤੀ ਤੋਂ ਲਾਭ ਉਠਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਜਾਣਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋ ਜਾਓ ਕਿ ਇਕ ਹੁਸ਼ਿਆਰ, ਦਿੜ੍ਹਾ ਇਰਾਦੇ ਵਾਲਾ ਕਿਸ਼ੋਰ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਉਸ ਨੂੰ “ਸਿੱਧਾ ਕਰਨਾ” ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਦੀਆਂ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ਾਂ ਤੋਂ ਬੱਚ ਕੇ ਨਿਕਲਣ ਲਈ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਸਿਰਜਣਾਤਮਕ ਤਰੀਕੇ ਲੱਭ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਕਿਸ਼ੋਰ ਵਪਾਰ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣ ਜਾਂ ਨਸ਼ੇ ਦੀ ਆਦਤ ਛੱਡਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋਣ ਦਾ ਸੰਕੇਤ ਦੇ ਦੇਵੇ, ਤਾਂ ਮੁੜਸਥਾਪਤੀ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਲਾਭਦਾਇਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨੀਤੀ ਦੇ ਸਫਲ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਇਕ ਵੱਡੇ ਕਿਸ਼ੋਰ ਲਈ ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਸਧਾਰਨ ਨੌਜਵਾਨ ਦੇ ਪੜ੍ਹਾਅ ਤੋਂ ਪਰ੍ਹੇ ਵੱਡਾ ਹੋਇਆ ਹੈ।
ਆਰ.ਟੀ.

ਹਾਲਾਂਕਿ, ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੂਰ ਲੈ ਜਾਣ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਰੋਜ਼ਮਰ੍ਹਾ ਦੇ ਤਜਰਬਿਆਂ ਤੋਂ ਇਕ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਛੁੱਟੀ ਮਿਲਣ ਦੇ ਮੌਕੇ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਮਾਪੇ ਜੋ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਛੁੱਟੀ 'ਤੇ ਲੈ ਜਾਣ ਯੋਗ ਸਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤਾ ਕਿ ਇਹ ਵਿਹਲ ਸਿਹਤਯਾਬੀ ਦੀ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਆ ਦਾ ਇਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਿੱਸਾ ਸੀ। ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਛੁੱਟੀ ਖਤਮ ਹੁੰਦਿਆਂ ਹੀ ਬੱਚੇ ਆਪਣੀ ਪੁਰਾਣੀ ਜੀਵਨ-ਸ਼ੈਲੀ ਵਿੱਚ ਅਕਸਰ ਪਰਤ ਆਉਣਗੇ, ਪਰ ਮਾਪਿਆਂ ਨੇ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤਾ ਕਿ ਰੋਜ਼ਮਰ੍ਹਾ ਦੀ ਅਫਰਾ-ਤਫਰੀ ਤੋਂ ਫੁਰਸਤ ਇਸ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ:

- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸ਼ਿਦਰੀ ਵਿੱਚ ਚੰਗੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬਾਰੇ ਯਾਦ ਕਰਵਾਉਣਾ।
- ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਜੋੜਨਾ।
- ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਅਫਰਾ-ਤਫਰੀ ਤੋਂ ਇਕ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਛੁੱਟੀ ਦੇਣਾ।

ਸਾਰੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਛੁੱਟੀ 'ਤੇ ਦੂਰ ਚਲੇ ਜਾਣਾ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਜੇਕਰ ਛੁੱਟੀ ਨਹੀਂ ਲਈ ਜਾ ਸਕਦੀ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨਾਲ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਖਤ ਨਾ ਹੋਵੋ, ਤੁਸੀਂ ਸਿਰਫ ਉਹੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਿਸ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਸਰੋਤ ਹਨ। ਹਾਲੇ ਵੀ, ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਦਿਨ ਦੇ ਸਫਰ 'ਤੇ ਜਾਣ ਜਾਂ ਸਾਈਕਲਿੰਗ, ਕੈਂਪ ਲਗਾਉਣ, ਅਜਾਇਬ ਘਰ ਜਾਣ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੀ ਗਤੀਵਿਧੀ ਰਾਹੀਂ ਜੀਵਨ-ਸ਼ੈਲੀ ਵਿੱਚ ਇਕ ਫੁਰਸਤ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਦੇ ਹੋਰ ਸਿਰਜਣਾਤਮਕ ਤਰੀਕੇ ਲੱਭਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਰੋਜ਼ਮਰ੍ਹਾ ਦੀਆਂ ਆਮ ਆਦਤਾਂ ਨੂੰ ਤੋੜਦੇ ਹੋਣ।

ਕਈ ਵਾਰੀ ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ ਵਾਲੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਮੁੜਸਥਾਪਤੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਘਰ ਜਾਂ ਗਰੁਪ ਦੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਦੂਜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਇਕ ਮੁੱਦਾ ਬਣ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਨੌਜਵਾਨ ਇਕ ਅਲੱਗ ਮਾਹੌਲ ਵਿੱਚ ਭੇਜ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣਗੇ।

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਿਤੇ ਭੇਜੇ ਜਾਣਾ ਵਿਨਾਸਕਾਰੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤਿਆਗ ਦੀਆਂ ਮੌਜੂਦਾ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਵਾਧਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਕ ਨਿਗਰਾਨ ਹੋਣ ਵਜੋਂ, ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਪਾਬੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਸਮਾਜ ਸੇਵਕ ਨਾਲ ਇਕ ਨੌਜਵਾਨ ਦਾ ਸੰਬੰਧ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਨਾਲ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਕ ਨਿਰੰਤਰ, ਅਤੇ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ ਬਾਲਗ ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਪੁਨਰਸਥਾਪਤੀ ਦੇ ਕੁਝ ਕੁ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ।

ਮੁੜਵਸੇਬਾ

ਮੁੜਵਸੇਬੇ ਨੂੰ ਜਾਂਦਾ ਰਸਤਾ ਸਭ ਤੋਂ ਔਖਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਦੇ ਲਈ ਕੋਈ ਸਿੱਧੇ ਕਦਮ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਜੋ ਹਰ ਕੋਈ ਲੈ ਸਕੇ। ਅਲੱਗ-ਅਲੱਗ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਅਲੱਗ-ਅਲੱਗ ਨਜ਼ਰੀਏ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਕਿਸੇ ਇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਜੋ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਦੂਜੇ ਲਈ ਨਹੀਂ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦਾ।

ਕਈ ਨੌਜਵਾਨ ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਵਿੱਚ ਲੱਗੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜੀ ਸ਼ਰਮ ਦੇ ਕਾਰਨ ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਵਿੱਚ ਲੱਗੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਚਲਾਈਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕਰਨਗੇ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਕਈ ਨੌਜਵਾਨ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਕਾਮੇ ਵਜੋਂ ਪਛਾਣਦੇ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਸੇਵਾਵਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਨਹੀਂ ਜਾਪਦੀਆਂ। ਮਿਸਾਲ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਇਕ ਨੌਜਵਾਨ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜਿੰਨਾ ਚਿਰ ਉਹ ਸ਼ਾਮਲ ਰਿਹਾ, ਉਸ ਨੇ ਕਦੇ ਇਕ ਵਾਰ ਵੀ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਜੋੜਿਆ। ਸਿਰਫ ਉਸ ਦੀ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਆਦਤ ਛੁੱਟਣ ਮਗਰੋਂ ਹੀ, ਉਹ ਆਪਣੀ ਪਹਿਲੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵਾਪਸ ਜਾਣ ਯੋਗ ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ।

ਸਫਲ ਮੁੜਵਸੇਬੇ ਲਈ ਪਰਿਵਰਤਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਪਰਿਵਰਤਨ ਰਾਤੋ-ਰਾਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਅਕਸਰ ਲੋਕ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਲਈ ਆਪਣੇ ਕੁਝ ਵਤੀਰੇ ਬਦਲ ਸਕਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਕ ਵਾਰ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ਾਂ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜਦਕਿ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਵੀ ਪਰਿਵਰਤਨ ਲਈ ਮਸ਼ਬੂਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ, ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਪਰਿਵਰਤਨ ਲਈ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਮੁਤਾਬਕ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸੁਣਨਾ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਜਾਣਦੇ ਹੋਣ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਇਕ ਹਮਦਰਦੀ ਭਰਿਆ ਰਿਸ਼ਤਾ ਉਸਾਰਨਾ ਜੋ ਇਹ ਪ੍ਰਮਾਣਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸ਼ਕਤੀਕਰਨ ਕਰਨਗੀਆਂ।
- ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਕੀ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਕੌਣ ਹਨ, ਇਸ ਵਿੱਚ ਅੰਤਰ ਸਮਝਣਾ। ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਉਹ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ, ਉਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਕ ਬੁਰਾ ਇਨਸਾਨ ਨਹੀਂ ਬਣਾਉਂਦਾ ਅਤੇ ਕਈ ਸਾਰੀਆਂ ਚੋਣਾਂ ਹਨ, ਜਿਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਉਹ ਚੁਣ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਯਥਾਰਥਵਾਦੀ ਟੀਚੇ ਪਛਾਣਨ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰੋ।
- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਬਹਿਸ-ਮੁਲਾਹਜ਼ੇ ਅਤੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਰਾਹੀਂ ਬਦਲਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ। ਇਹ ਨਜ਼ਰੀਆ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਿਰਫ ਦੂਰ ਹੀ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਦੇ ਸਾਰੇ ਸਾਧਨ ਬੰਦ ਕਰੇਗਾ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਦੂਜੇ ਵਤੀਰਿਆਂ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਤੀਰਿਆਂ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦਰਿਤ ਕਰਨਾ, ਜੋ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਬਦਲਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜਿਸ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਉਹ ਯੋਗ ਹੈ। ਮੂਲ ਮੰਤਰ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਜਿੰਨਾ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ ਨੁਕਸਾਨ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣਾ ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਵਿਨਾਸਕਾਰੀ ਵਤੀਰਿਆਂ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨਾ।
- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਇਸ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨੂੰ ਉਤਸਾਹਤ ਅਤੇ ਸਮਰਥਨ ਕਰਨਾ ਕਿ ਉਹ ਪਰਿਵਰਤਨ ਕਰਨ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹੈ। ਉਮੀਦ ਦਾ ਰਸਤਾ ਬੜਾ ਲੰਬਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਸਮਝੌਤਾ

ਆਪਣੀ ਪਹਿਲੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਵਾਪਸ ਆਉਣਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਔਖੀਆਂ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇਕ ਹੈ, ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਨੂੰ ਛੱਡ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਤਰੀਕੇ ਸਮਾਜ ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਪਰਖਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਰਮ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਪ੍ਰਬਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਇੰਝ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਇਹ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ ਬੜਾ ਔਖਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਕਦੇ ਸਮਾਜ ਦੀ ਮੁਖਧਾਰਾ ਵਿੱਚ ਸਵੀਕਾਰ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਣਗੇ।

ਨੌਜਵਾਨ ਆਪਣੇ ਅਤੀਤ ਬਾਰੇ ਕਿੰਨਾ ਕੁਝ ਜਾਹਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਇਹ ਉਨ੍ਹਾਂ 'ਤੇ ਹੀ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਕਈ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਤਜਰਬਿਆਂ ਨੂੰ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖਿਅਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਵਰਤਿਆ ਹੈ। ਜਦਕਿ ਇਹ ਗਤੀਵਿਧੀ ਸ਼ਕਤੀ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਨਾਲ ਹੀ ਇਹ ਨੁਕਸਾਨਦਾਇਕ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜੇਕਰ ਲੋਕ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਿਰਫ ਯੋਨ-ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਰਾਹੀਂ ਹੀ ਪਛਾਣਦੇ ਹਨ। ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ, ਕਈ ਨੌਜਵਾਨ ਆਪਣੇ ਸਾਰੇ ਨਵੇਂ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਤੋਂ ਆਪਣਾ ਅਤੀਤ ਲੁਕਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਸਿਰਫ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਜਾਹਰ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਿਹਨਾਂ ਨਾਲ ਉਹ ਨੌੜਤਾ ਅਤੇ ਅੰਤਰੀਵ ਦੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਉਸਾਰ ਰਹੇ ਹਨ।

ਮਾਪੇ ਅਤੇ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਬਾਲਗ ਸਮਝੌਤੇ ਦੀ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਆ ਰਾਹੀਂ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਰਥਨ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੇ ਕੀ ਕੀਤਾ ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨਾ ਅਤੇ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਇਹ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕਰਨਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਰਖਿਆ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਹ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਕਿ ਜਿੰਨੇ ਵੀ ਹਾਲਾਤ ਵਿੱਚੋਂ ਉਹ ਲੰਘੇ ਹਨ, ਉਸ ਸਭ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹੋ।
- ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਮਾਣ ਦੀ ਇਕ ਭਾਵਨਾ ਦੇਣਾ ਕਿ ਉਹ ਕਿੰਨੀ ਦੂਰ ਆ ਗਏ ਹਨ। ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਨੂੰ ਛੱਡਣ ਦੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਨੂੰ ਮਾਨਤਾ ਦੇਣਾ। ਇਹ ਮਾਨਤਾ ਦੇਣਾ ਕਿ ਇਹ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਆ ਕਿੰਨੀ ਔਖੀ ਰਹੀ ਹੈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ 'ਤੇ ਕਿੰਨਾ ਮਾਣ ਹੈ, ਅਤੇ ਉਹ ਕਿੰਨੇ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੋ ਗਏ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਗੱਲਬਾਤ ਅਤੇ ਮਾਨਤਾ ਕਿੰਨੀ ਵਾਰ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਇਹ ਬੱਚੇ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰੇਗੀ।
- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਹ ਪੁੱਛਣਾ ਕਿ ਇਸ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਕੀ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਲਈ ਮੌਕਾ ਦਿਓ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੀ ਲੋੜ ਹੈ ਅਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟਾਉਣ ਬਾਰੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਦਿਓ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਈਮਾਨਦਾਰ ਰਹੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਵੇਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਪਰ ਨਾਲ ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਨੂੰ ਵੀ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖੋ। ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਲਈ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੋਵੋ। ਸਮਰਥਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਨਾ ਕਰੋ। ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰਾਂ, ਦੋਸਤਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਮਾਪਿਆਂ ਤੋਂ ਸਮਰਥਨ ਲੱਭੋ, ਜੋ ਅਜਿਹੇ ਹੀ ਤਜਰਬਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਲੰਘ ਚੁਕੇ ਹਨ।

ਕਈ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਅਧਿਆਤਮਿਕਤਾ ਰਾਹੀਂ ਪੁਨਰ-ਮੇਲ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਅਧਿਆਤਮਿਕਤਾ ਲਈ ਮਜ਼ਬੂਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਅਤੇ ਇਹ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਰਾਹੀਂ ਆਪ ਹੀ ਚੁਣੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਇਹ ਉਹ ਰਸਤਾ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਮਦਦਗਾਰ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਅਧਿਆਤਮਿਕ ਖੋਜਬੀਨ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਰਾਹੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹਮਾਇਤ ਕਰੋ।

ਸਮਝੌਤਾ ਸੰਬੰਧਾਂ ਰਾਹੀਂ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕਈ ਨੌਜਵਾਨ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਪੁਰਾਣੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨਾਲ ਮੁੜ ਸੰਬੰਧ ਜੋੜਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸੰਬੰਧ ਬਣਾਈ ਰਖਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨਿਗਰਾਨ। ਕਈ ਨਵੇਂ ਦੋਸਤਾਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ ਉਸਾਰਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਨੌਜਵਾਨ ਜੋ ਆਪਣੇ ਜਨਮ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਰਹੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਜਨਮ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਮਾਪਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇਕ ਜਾਂ ਦੋਹਾਂ ਨਾਲ ਫੇਰ ਤੋਂ ਸੰਬੰਧ ਜੋੜ ਲਏ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਇਹ ਸੰਬੰਧ ਸੰਭਵ ਨਾ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਦੂਜੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਬਾਲਗ ਆਦਰਸ਼ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਪੁਰਾਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਵਾਪਸ ਆਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਆਪਣਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ

*“ਮੈਨੂੰ ਯਕੀਨ ਨਹੀਂ ਕਿ ਮੈਂ ਕਦੇ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਠੀਕ ਹੋ ਸਕਾਂਗਾ/ਸਕਾਂਗੀ, ਉਹ ਮੇਰੀ ਬੱਚੀ ਹੈ”
ਬੀ ਸੀ ਮਾਤਾ/ਪਿਤਾ*

ਉਨ੍ਹਾਂ ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ, ਜਿਹਨਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਯੋਨ-ਸੋਸ਼ਣ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਸਿਹਤਯਾਬ ਹੋਣ ਦੀ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਆ ਬਹੁਤ ਔਖੀ ਅਤੇ ਦਰਦਨਾਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਇਕ ਮਜ਼ਬੂਤ ਸਮਰਥਨ ਨੈਟਵਰਕ ਲੱਭਣਾ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪਰਿਵਾਰ, ਦੋਸਤਾਂ ਅਤੇ ਮਦਦ ਕਰ ਰਹੇ ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਂ ਦੁਆਰਾ ਪਰਬੋ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਦੀ ਸ਼ਰਮ ਅਤੇ ਡਰ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਕਾਰਨ ਇਕਲਾਪੋ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਹੌਣੀਆਂ ਆਮ ਹਨ। ਕਈ ਮਾਪੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਲਈ ਸਮਾਂ ਕੱਢਣਾ ਵੀ ਬਹੁਤ ਔਖਾ ਲਗਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਮਰਥਨ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇਖਭਾਲ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਲਈ ਸਮਰਥਨ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਨ ਲਈ ਜ਼ਿਆਦਾ ਯੋਗ ਹੋਵੋਗੇ। ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਭਲਾਈ ਵੀ ਉਨੇ ਹੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਨ।

ਮਾਪਿਆਂ ਨੇ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨੂੰ ਸਮਰਥਨ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੇ ਸਾਧਨ ਵਜੋਂ ਪਛਾਣਿਆ, ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਕਰਕੇ ਉਹ ਦੋਸਤ ਜੋ ਅਜਿਹੇ ਹੀ ਤਜਰਬਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਲੰਘੇ ਹਨ। ਕਈ ਮਾਪੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਬੜੀ ਸਾਵਧਾਨੀ ਨਾਲ ਚੋਣ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸਨ ਕਿ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਹੋਰ ਮੈਂਬਰਾਂ ਅਤੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨੂੰ ਉਹ ਕਿੰਨਾ ਕੁਝ ਦੱਸਣਗੇ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤਾ ਕਿ ਜੇਕਰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪਤਾ ਹੋਇਆ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲਣਾ ਬਹੁਤ ਔਖਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਇਹ ਨਜ਼ਰੀਆ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਸਮਰਥਨ ਲਈ ਇਕ ਦੂਜੇ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਬਾਹਰੀ ਸਮਰਥਨ ਇਕੱਲੇ ਮਾਪੇ ਵਾਲੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਸਮਰਥਨ ਗਰੁਪ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਹਮਾਇਤੀ ਮਾਹੌਲ ਵੀ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਅਜਿਹੇ ਹੀ ਤਜਰਬਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਲੰਘ ਰਹੇ ਮਾਪਿਆਂ ਤੋਂ ਸਮਰਥਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ, ਇਹ ਗਰੁਪ ਇਕ ਮੰਚ ਵੀ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਿਥੇ ਮਾਪੇ ਆਪਣੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਂਝੀ ਕਰ ਸਕਣ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਇਕ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਜਾਣਨਾ ਅਤੇ ਉਹੀ ਦੋਸਤ ਅਤੇ ਉਹੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਮਿਲਣਾ ਅਸਾਧਾਰਨ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਰੋਜ਼ ਦਾ ਤਣਾਅ ਅਤੇ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ, ਜੋ ਕਿ ਇਸ ਤਜਰਬੇ ਵਿੱਚੋਂ ਉਪਜਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਸਾਥੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸੰਬੰਧਾਂ 'ਤੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦਬਾਅ ਪਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੋੜਿਆਂ ਨੇ ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਗੱਲਬਾਤ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੰਦੇ, ਜੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਜੀਵਨਰੇਖਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕਈ ਜੋੜਿਆਂ ਨੇ ਇਸ ਤਜਰਬੇ ਨਾਲ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰਨ ਲਈ ਮਦਦ ਵਾਸਤੇ ਸਲਾਹ ਮੰਗੀ।

ਸਵੈ-ਮਦਦ

ਇਕ ਮਾਪੇ ਦੀਆਂ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਵਿੱਚ ਇਕ ਨਿਜੀ ਜਗ੍ਹਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਿੱਸਿਆਂ ਨੂੰ ਵਿਕਸਿਤ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ, ਆਪਣੇ ਆਪ ਠੀਕ ਹੋਣ ਦੇ ਮੌਕੇ, ਆਪਣੇ ਕਿਸ਼ੋਰ ਦੇ ਦੁਖ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਗੁੱਸੇ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੋਣ, ਦੋਸ਼, ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਅਤੇ ਤਣਾਅ ਤੋਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਮੁਕਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ। ਕਈ ਹਾਲਾਤ ਵਿੱਚ, ਲੋਕ ਦੂਜੇ ਸਮਰਥਨ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਜਾਣਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਅਜਿਹੇ ਹੀ ਤਜਰਬਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਲੰਘੇ ਹਨ, ਪਰ ਇਹ ਲੋਕ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਹੀ ਆਪਣੇ ਤਜਰਬੇ ਸਾਂਝੇ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਕਈ ਵਾਰੀ, ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਚਲਾਏ ਜਾਂਦੇ ਸਮਰਥਨ ਗਰੁਪ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਅਕਸਰ, ਮਾਪਿਆਂ ਕੋਲ ਕੋਈ ਸਾਥੀ, ਦੋਸਤ, ਬੱਚਾ, ਪਾਦਰੀ ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰਕ ਡਾਕਟਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਪਾਰਖੂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਅਤੇ ਸੁਣਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੂਜਣਬਾਜ਼ੀ ਦੀ ਖੋਡ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਪੈਣ ਦੇਵੇਗਾ। ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨਾਲ ਚਲਣਾ ਇਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ, ਸੁਆਰਥਹੀਣ ਫੈਸਲਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਅਜਿਹੇ ਕਰੋਗੇ, ਤਾਂ ਜਿਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਤੋਂ ਲਾਭ ਹੋਵੇਗਾ।
ਆਰ ਟੀ

ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਸੰਕੇਤ

1. ਦੂਸ਼ਣਬਾਜ਼ੀ ਦੀ ਬੇਡ ਤੋਂ ਗੁਰੇਜ਼ ਕਰੋ। ਸਥਿਤੀ ਕਿਸੇ ਦਾ ਵੀ ਕਸੂਰ ਨਹੀਂ ਹੈ।
2. ਹੌਸਲਾ ਨਾ ਛੱਡੋ, ਹੱਲ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਬਣੋ।
3. ਜਟਿਲ ਮੁੱਦਿਆਂ ਦੇ ਸਧਾਰਨ ਜਵਾਬਾਂ ਤੋਂ ਬਚੋ, ਪਰ ਯਾਦ ਰੱਖੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਛੋਟੀਆਂ-ਛੋਟੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬਹੁਤ ਤਬਦੀਲੀ ਲਿਆ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।
4. ਆਪਣੀ ਕੁਦਰਤੀ ਸੂਝ 'ਤੇ ਯਕੀਨ ਕਰੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਇਕ ਚੁਸਤ ਸਰੋਤਾ ਬਣੋ।
5. ਘਰ ਵਿੱਚ ਢਾਂਚਾ ਅਤੇ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਸਤਿਕਾਰ ਵਾਲੀਆਂ ਹੱਦਾਂ ਵਿਕਸਤ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬਣਾਈ ਰੱਖੋ।
6. ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਜਾਂ ਦੂਜੇ ਧਿਆਨ ਰਖਣ ਵਾਲੇ ਬਾਲਗ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪੈਦਾ ਕਰੋ।
7. ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਜਿਸ ਦਰਦ ਦਾ ਤਜਰਬਾ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਪਛਾਣੋ ਅਤੇ ਮਾਨਤਾ ਦਿਓ ਅਤੇ ਨਸ਼ੇ ਦੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਸਮੇਤ ਇਨ੍ਹਾਂ ਤਜਰਬਿਆਂ ਦੇ ਨੁਕਸਾਨਦਾਇਕ ਪ੍ਰਭਾਵ ਘਟਾਉਣ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰੋ।
8. ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਵਿਹਲ, ਜੀਵਨਸ਼ੈਲੀ ਵਿੱਚ ਇਕ ਫੁਰਸਤ, ਅਤੇ ਕੁਝ ਨਿਜੀ ਸਫਲਤਾਵਾਂ ਵਾਸਤੇ ਮੌਕੇ ਲੱਭੋ, ਜੋ ਕਿ ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸ਼ਿੰਦਰੀ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਨਹੀਂ ਹਨ।
9. ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣਾ ਅਤੇ ਪਰਿਵਰਤਨ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿੱਚ ਕਈ ਗਲਤ ਕਦਮ ਹੁੰਦੇ ਹਨ,

ਪਰ ਅਟਲ ਰਹਿਣ ਨਾਲ ਇਹ ਜ਼ਰੂਰ ਹੋਵੇਗਾ।

10. ਆਪਣਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣ ਲਈ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਹੋਰ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੇ ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ ਲਈ ਸਮਾਂ ਕੱਢੋ।

ਸਰੋਤ**ਨਿਊ ਅਪੋਰਚੂਨਿਟੀਜ਼ ਫੌਰ ਵਿਮੇਨ (ਨਾਓ) ਕੈਨੇਡਾ (ਕੈਲੋਨਾ)
(New Opportunities for Women (NOW) Canada (Kelowna))
250-763-3816**

ਨਾਓ ਕੈਨੇਡਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੌਜਵਾਨ ਲੜਕੀਆਂ ਲਈ ਘਰ, ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਤੇ ਨਿਰੰਤਰ ਜਾਰੀ ਸਮਰਥਨ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਭਾਈਚਾਰੇ ਅਤੇ ਰਿਆਸਤ ਵਿੱਚ ਯੋਨ-ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਈਆਂ ਹੋਣ। ਸੱਤ ਸਾਲਾਂ ਤੱਕ ਸਮਰਥਨ, ਸਿਖਲਾਈ ਅਤੇ ਫੌਲੋ-ਅਪ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਆਸਕ ਲਰਨਿੰਗ ਸੈਂਟਰ (ASK Learning Centre)।

**ਸਰਵੈਂਟਸ ਐਨੋਨੀਮਸ ਸੋਸਾਇਟੀ (ਸਰੀ)
(Servants Anonymous Society (Surrey))
604-576-1141**

16-29 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੀਆਂ ਨੌਜਵਾਨ ਲੜਕੀਆਂ, ਜੋ ਕਿ ਦੇਹ ਵਪਾਰ ਨੂੰ ਛੱਡਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤਯਾਬੀ ਲਈ ਇਕ ਅਸਲ ਹਿੱਸੇਦਾਰ ਦੁਆਲੇ ਕੇਂਦਰਿਤ ਨਜ਼ਰੀਆ। ਇਹ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਯੋਨ-ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਈਆਂ ਲੜਕੀਆਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਘਰ ਅਤੇ ਪੂਰੇ-ਸਮੇਂ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ/ਜੀਵਨ ਸੰਬੰਧੀ ਹੁਨਰ ਸਿਖਣ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਆਸਕ ਲਰਨਿੰਗ ਸੈਂਟਰ (ASK Learning Centre) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਐਸ ਏ ਐਸ ਸਰੀ ਸੱਤ ਸਾਲ ਤੱਕ ਸਮਰਥਨ, ਸਿਖਲਾਈ ਅਤੇ ਫੌਲੋ-ਅੱਪ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਾਉਣ ਲਈ ਬਣਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ।

**ਚਿਲਡਰਨ ਔਫ ਦਿ ਸਟ੍ਰੀਟ ਸੋਸਾਇਟੀ
(Children of the Street Society)
604-777-7510**

ਚਿਲਡਰਨ ਔਫ ਦਿ ਸਟ੍ਰੀਟ ਸੋਸਾਇਟੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਨਿਗਰਾਨਾਂ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਮਰਥਨ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਜਿਹਨਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਯੋਨ-ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।

**ਪ੍ਰੋਟੈਕਟ ਅਵਰ ਚਿਲਡਰਨ ਗਰੁਪ
(Protect our Children Group)
604-219-1027**

ਬਿਨਾਂ ਕਿਰਾਏ ਦਾ ਨੰਬਰ 1-877-739-8925

ਪ੍ਰੋਟੈਕਟ ਅਵਰ ਚਿਲਡਰਨ ਗਰੁਪ ਉਨ੍ਹਾਂ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਸਮਰਥਨ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਉਚ-ਖਤਰੇ ਵਾਲੀਆਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਤੋਂ ਕੱਢਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ।

**ਦਿ ਮਜੈਂਟਾ ਪੇਜਿਜ਼
The Magenta Pages**

ਕਾਪੀਆਂ ਲਈ 604-294-7720 or 604-294-7299

ਦਿ ਮਜੈਂਟਾ ਪੇਜਿਜ਼ ਵੈਨਕੂਵਰ ਅਤੇ ਲੋਅਰ ਮੇਨਲੈਂਡ ਵਿੱਚ ਉਚ-ਖਤਰੇ ਵਾਲੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇ ਸਰੋਤਾਂ ਦੀ ਇਕ ਸੂਚੀ ਹੈ।

**ਬਾਲ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਵਿਕਾਸ ਮੰਤਰਾਲਾ
(Ministry for Children and Family Development)**

ਮਿਲਣ ਦੇ ਘੰਟਿਆਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੀ ਲਾਈਨ

604-660-4927 (ਵੈਨਕੂਵਰ, ਨੌਰਥ ਸ਼ੋਰ ਅਤੇ ਰਿਚਮੌਂਡ)

604-660-8180 (ਲੋਅਰ ਮੇਨਲੈਂਡ)

1-800-663-9122 (ਬੀ. ਸੀ ਵਿੱਚ ਕਿਤੋਂ ਵੀ ਬਿਨਾਂ ਕਿਰਾਏ ਦਾ ਨੰਬਰ)

ਆਰ ਸੀ ਐਮ ਪੀ ਮਿਜਿੰਗ ਚਿਲਡਰਨ ਰਜਿਸਟਰੀ (RCMP Missing Children's Registry)
1-877-318-3576

ਬੀ ਸੀ ਫੈਡਰੇਸ਼ਨ ਆੱਫ ਫੋਸਟਰ ਪੇਰੈਂਟਸ (BC Federation of Foster Parents)
1-800-663-9999

ਯੂਥ ਅਗੇਨਸਟ ਵਾਇਲੈਂਸ (Youth Against Violence)
1-800-680-4264

ਅਲਕੋਹਲ ਐਂਡ ਡਰੱਗ ਇਨਫੋਰਮੇਸ਼ਨ ਐਂਡ ਰੈਫਰਲ ਸੇਵਾ (Alcohol and Drug Information and Referral Service)
1-800-663-1441

ਐਂਫਿਸ ਫੌਰ ਚਿਲਡਰਨ ਐਂਡ ਯੂਥ (Office for Children and Youth)
604-775-3203 (ਵੈਨਕੂਵਰ)
ਬਿਨਾਂ ਕਿਰਾਏ ਦਾ: 1-800-476-3933

ਓਮਬਡਜ਼ਮੈਨ (Ombudsman)
1-800-567-3247
250-387-5855 (ਵਿਕਟੋਰੀਆ ਖੇਤਰ)

ਬੀ ਸੀ ਸੇਫ ਸਕੂਲ ਸੈਂਟਰ (BC Safe School Centre)
604-660-7233
ਬਿਨਾਂ ਕਿਰਾਏ ਦਾ ਨੰਬਰ 1-888-224-SAFE (7233)

ਯੂਥ ਕਰਾਈਸਿਸ ਰਿਸਪੋਂਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (ਪੋਰਟ ਮੂਡੀ) (Youth Crisis Response Program (Port Moody))
604-469-3232

ਨਸ਼ਾ ਛੁਡਾਉਣਾ ਅਤੇ ਇਲਾਜ
(Detox and Treatment)

ਲਾਸਟ ਡੋਰ ਯੂਥ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ
(Last Door Youth Program)
604-520-3587

ਓਡੀਸੀ ਐਂਡ ਨੈਕਸਸ (Odyssey and Nexus)

ਸਬਸਟਾਂਸ ਅਬਿਊਜ਼ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਫੌਰ ਯੂਥ ਐਂਡ ਫੈਮਿਲੀਜ਼
(Substance Abuse Services for youth and families)

ਨੈਕਸਸ (Nexus)
604-660-5316

ਓਡੀਸੀ (Odyssey)
604-879-8853

ਪੈਸੀਫਿਕ ਲੀਗਲ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ (PLEA)

ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਨਸ਼ਾ-ਛੁਡਾਉ ਸੇਵਾਵਾਂ (19 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ)
Detoxification Services for Youth (Under 19)

ਆਮ ਪੁੱਛਗਿੱਛ
604-597-9002

ਡਾੱਟਰਜ਼ ਐਂਡ ਸਿਸਟਰਜ਼ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ
(Daughters and Sisters Program)
604-543-7892 (ਸਿਰਫ ਹਵਾਲੇ ਰਾਹੀਂ)

ਵੇਅਪੁਆਇੰਟ
(Waypoint)
604-543-9411 (ਸਿਰਫ ਹਵਾਲੇ ਰਾਹੀਂ)

ਸ਼ੇਅਰ ਯੂਥ ਅਲਕੋਹਲ ਐਂਡ ਡਰੱਗ ਸਰਵਿਸਿਜ਼
(Share Youth Alcohol and Drug Services)
604-464-3165

ਵੈਨਕੂਵਰ ਫੈਮਿਲੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਯੂਥ ਡਿਟੋਕਸ
(Vancouver Family Services Youth Detox)
604-872-4349

ਨੋਟਸ



3552 ਈਸਟ ਹੇਸਟਿੰਗਜ਼ ਸਟ੍ਰੀਟ
ਵੈਨਕੂਵਰ, ਬੀ ਸੀ ਵੀ5ਕੇ 2 ਏ 7

ਟੈਲੀ: 604-299-1609
www.myfoundation.ca