

Dêbabtî di çerxa Coronayê de Bi pozatîvî bimîne

Zor e ku hastên pozatîvî li ba me çê bibin, dema ku ji destî zarok û newciwanên xwe em dîkin dîn bibin! Gelek caran em digihîjin vê qonaxa ku ji wan re bêjin "bes e û wa neke"! Lê şayend zarok zêdetir bi gotina me bikin eger em rênimayiyên pozatîv bidin wan û bo tiştên baş, aferînan ji wan bêjin.

Behsa vê tevgerê bike ku dixwazî bibînî

Dema ji zarokê xwe re dibêji çî bike, peyvên pozatîv bikarbîne; bo mînak: "ji kerema xwe cilên xwe bide aliyekê" (li dewsa: 'têkijî û xepse çê neke')

jêhatîbûn, di çawaniya anînezimên de ye

Dema tu bi ser zarokê xwe de diqîrî, tenê stresa xwe û wî zêde dikî. Bi navê wan gazî zarokan bike û bala wan bikişîne ser xwe. Bi dengekî aram bipeyve.

Dema zarokê te bi rêkî tevdigere, wî sîtayîş bike

Dema zarokê te karekî baş dike, bikoşe pesn, aferîn û sîtayîşa wî bikî. Şayend yekser vê yekê nede xuyakirin, lê ev karê baş wê dîsan dubare bikin. Her weha ev kar, wî dilînya dike ku tu bal û girîngî didî karê wan.

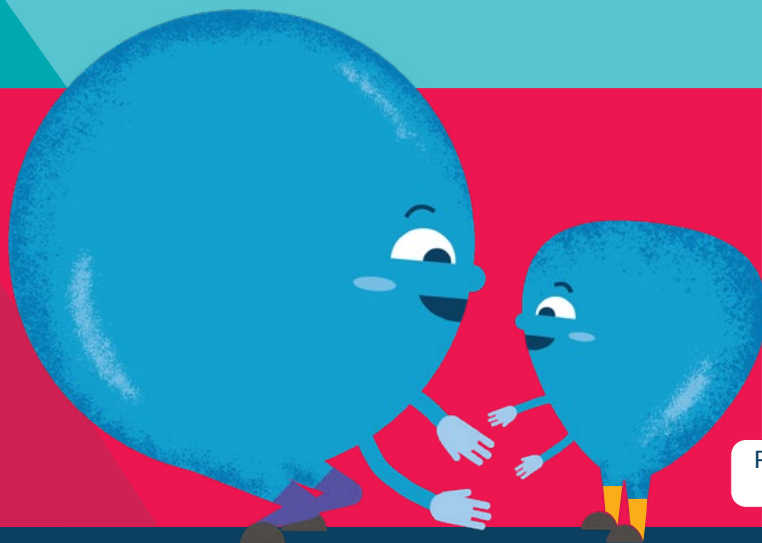


Rasal û rastbîn be (waqîî be)

Gelo bi rastî jî zarokê te dikare vî karî bike ku tu jê dixwazî? Pîrr zor e zarokek bikare di tevahiya rojê de bêdeng bimîne, lê dikare bo 15 xulek, dema tu telefon dikî. Ew bêdeng be

Bikoşe zarokên te yên newciwan ji yên dîn dût nekevin

Newciwan, bi awayeke taybet, pêwîstdar in ku bi hevalên xwe re di tîkeliyan de bin. Tu bi zarokê xwe re alîkar be daku bi rêya torên civakî û rêyên din re - dût ji lihevketina raserast - bi hevalên xwe re di tîkeliyan de bimîne. Hûn dikarin vê yekê bi hev re jî bikin!



Bo rênimayên zêdetir li ser dêbabtî, vê derê bitîkîne!

Parenting tips
from WHO

Parenting tips
from UNICEF

In worldwide
languages

EVIDENCE-BASE



The COVID-19 Playful Parenting Emergency Response is supported by the LEGO Foundation, the philanthropic donors to the University of Oxford's COVID-19 Research Response Fund, and the UKRI GCRF Accelerating Achievement for Africa's Adolescents (Accelerate) Hub. Research on Parenting for Lifelong Health is supported by the UKRI GCRF Accelerate Hub, the Oak Foundation, the European Research Council (ERC) under the European Union's Seventh Framework Programme and the Horizon 2020 Research and Innovation Programme, the Global Alliance for Chronic Diseases under the European Union's Horizon 2020 Research and Innovation Programme, UNICEF, WHO, Oxford University Innovation GCRF Sustainable Impact Fund, the Leverhulme Trust, the Economic and Social Research Council, CIDA, the National Research Foundation of South Africa, Ilifa Labantwana, the John Fell Fund, the Evaluation Fund, the UBS Optimus Foundation, USAID-PEPPAR, the Wellcome Trust, Grand Challenges Canada and Wellspring Advisors.