

Тарбияи кӯдакон ҳангоми хуруҷи сирояти COVID-19

Нигоҳ доштани эҳсоси мусбӣ

Вақте ки кӯдакон ё наврасони мо моро безобита мекунанд, нигоҳ доштани эҳсоси мусбӣ душвор аст. Аксар вақт мо чунин меғӯем: "Ин корро бас кун!" Аммо вақте ки мо ба кӯдакон дастурҳои мусбӣ диҳем ва онҳоро барои қорҳои дурусташон таъриф мекунем, эҳтимоли он, ки кӯдакон гуфтаи моро мекунанд, хеле бештар аст.

Рафтореро, ки Шумо мехоҳед бинед, бигӯед

Хангоми ба кӯдаки худ қоре фармудан калимаҳои мусбиро истифода баред; - ба монанди 'Илтимос, либосҳои худро ба як тараф гузоред' (ба ҷои 'ҳама ҷоро бетартиб наkun!')

Ҳамааш ба чӣ тавр фаҳмонидан вобастааст

Дод задан ба сари фарзанди худ танҳо шумо ва ӯро бештар ошуфта ва хашмгин мекунанд. Номӣ кӯдакро гирифта диққати ӯро ҷалб намоед. Бо овози ором суҳбат кунед.

Вақте ки фарзандатон хуб рафтор мекунад, ӯро таъриф кунед

Кӯшиш кунед, ки кӯдаки хурдсол ё навраси худро барои қорҳои хубаш таъриф кунед. Онҳо метавонанд инро изҳор наkunанд, вале шумо мушоҳида мекунед, ки онҳо боз ин қори хубро мекунанд. Ин ба кӯдак боварӣ мебахшад, ки шумо ӯро мебинед ва дар борааш ғамхорӣ мекунед.



Воқеъбин бошед

Оё фарзанди шумо воқеан он чизеро, ки талаб мекунед, иҷро карда метавонад? Барои кӯдак тамоми рӯз хомӯш нишастан душвор аст, аммо вай метавонад дар давоми 15 дақиқа, вақте ки шумо бо телефон суҳбат мекунед, хомӯш бошад.

Бо фарзанди навраси худ тамос барқарор намоед

Наврасон ба муошират бо дӯстони худ эҳтиёҷи махсус доранд. Ба фарзанди навраси худ кумак расонед, ки тавассути шабақҳои иҷтимоӣ ва дигар усулҳои бехатари канорагирӣ пайваस्त шаванд. Ин боз як қорест, ки шумо метавонед яқоя иҷро кунед!



Барои маслиҳатҳои бештар барои волидайн пайванди зерро пахш кунед!

Parenting tips
from WHO

Parenting tips
from UNICEF

In worldwide
languages

EVIDENCE-BASE



The mark "CDC" is owned by the US Dept of Health and Human Services and is used with permission. Use of this logo is not an endorsement by WHO or CDC of any particular product, service, or enterprise.

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.