

4 COVID-19 Parentalidade Mau comportamento

Todas as crianças se comportam mal. É normal quando as crianças estão cansadas, com fome, com medo o aprendendo independência. E eles podem nos deixar loucos quando presos em casa!

Tente redirecionar

- Capte o mau comportamento cedo e redirecione a atenção de seus filhos de mau para bom.
- Pare antes que comece. Quando eles começam a ficar inquietos, você pode distrair com algo interessante ou divertido: 'venha aqui, vamos jogar juntos.'

Toma uma pausa

- Sente vontade de gritar? Faça uma pausa de 10 segundos. Inspiree expire lentamente cinco vezes. Em seguida, tente responder de maneira mas calma.
- Milhões de pais dizem que isso ajuda-
MUITO.

Use consequencias

As consequências ajudem a ensinar às crianças a responsabilidade pelo que fazem. Eles também permitem disciplina que é controlada. Isso é mais eficaz do que bater o gritar.

continua usando as dicas 1-3

- Passar tempo com cada miudo, elogios por bons comportamentos e rotinas consistentes reduzirão o mau comportamento.
- Dê a seus filhos e adolescentes empregos simples com responsabilidades. Apenas verifique se é algo que são capazes de fazer. Elogie-os quando o fizerem!

- Dê ao seu filho/a a opção de seguir suas instruções antes de dar consequência.
- Intente ficar tranquilo quando dar consequência
- Certifique-se de seguir com a consequência. Por exemplo, tirar o telefone de um adolescente é difícil de aplicar. Tirá-lo por uma hora e mais realista.
- Terminada a consequência, dê ao seu filho/a a chance de fazer algo de bom e elogie-o por isso.

Clique aqui para obter mais ideias para a parentalidade:

OMS

UNICEF

Outras Línguas

Evidência



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 HHS or CDC of any particular product, service, or enterprise.