

ការអប់រំកូនក្នុងអំឡុងពេលជីវិតកូន១៩ ឥរិយាបថគួរកែលម្អ

កុមារទាំងអស់មានឥរិយាបថមិនសូវសមរម្យនៅពេលខ្លះ។ វាជារឿងធម្មតាដែលកុមារហត់នឿយ ឃ្លាន ខ្លាច ឬរៀនឯករាជ្យ។ ហើយពួកគេរំខាន និងធ្វើឱ្យយើងខឹង នៅពេលពួកគេនៅផ្ទះ។

បង្វែរ

- កត់សម្គាល់ឥរិយាបថមិនសមរម្យឱ្យបានឆាប់ ហើយបង្វែរចំណាប់អារម្មណ៍របស់កូនអ្នកពីឥរិយាបថមិនល្អទៅល្អ។
- នៅពេលពួកគេចាប់ផ្តើមលេងនៅស្ងៀម អ្នកអាចបង្វែរចំណាប់អារម្មណ៍របស់ពួកគេដោយសកម្មភាពគួរឱ្យចាប់អារម្មណ៍ ឬសប្បាយដូចជា៖
“មកនេះ តោះទៅលេង ខាងក្រៅ។”

សម្រាកបន្តិច

- មានអារម្មណ៍ចង់ស្រែក?
ឱ្យពេលវេលាខ្លួនឯងចំនួន១០វិនាទីសម្រាកសិន។
ដកដង្ហើមចេញចូលយឺតៗបាន៥ដង។
បន្ទាប់មកព្យាយាមឆ្លើយតបក្នុងវិធីស្ងប់ស្ងាត់។
- ឪពុកម្តាយរាប់លាននាក់បាននិយាយថា
វិធីនេះអាចជួយពួកគាត់បានច្រើន។

ប្រើប្រាស់ការពិន័យ

ការពិន័យជួយបង្រៀនកូនយើង ឱ្យចេះទទួលខុសត្រូវពីអ្វីដែលគេបានធ្វើ។ វាជាការដាក់ពិន័យមួយដែលយើងអាចគ្រប់គ្រងបាន។
នេះ គឺមានប្រសិទ្ធភាពជាងការវាយឬស្រែក។

ប្រើប្រាស់គន្លឹះ១-៣

- ការចំណាយពេលនៅជាមួយកូនតែពីរនាក់ ការសរសើរក្នុងការធ្វើបានល្អ ទម្លាប់ជាប្រចាំ នឹងកាត់បន្ថយឥរិយាបថមិនសមរម្យ។
- ឱ្យកុមារធ្វើកិច្ចការងាយៗ ដែលគេអាចធ្វើបាន និងមានការទទួលខុសត្រូវ។ សរសើរ និងលើកទឹកចិត្តនៅពេលគេធ្វើបាន។ ត្រូវធានាថាវាជាកិច្ចការដែលពួកគេអាចធ្វើបាន និងលើកសរសើរពួកគេ។

- ផ្តល់ជម្រើសដល់កូនរបស់អ្នក ដើម្បីធ្វើតាមការណែនាំមុននឹងផ្តល់ពិន័យដល់ពួកគេ។
- ព្យាយាមកុំឆេរឆាវ ពេលដាក់ពិន័យ
- ធានាថាអ្នកអាចអនុវត្តពិន័យ។ ឧទាហរណ៍ ការមិនឱ្យកុមារវាយដំទង់ទូរស័ព្ទសម្រាប់មួយសប្តាហ៍ គឺពិបាកនឹងអនុវត្ត។ ប៉ុន្តែ មិនឱ្យលេងមួយម៉ោង គឺអាចអនុវត្តបាន។
- នៅពេលពិន័យត្រូវបានបញ្ចប់ ឱ្យកុមារមានឱកាសធ្វើអ្វីដែលល្អ និងលើកសរសើរពួកគាត់។



ស្វែងរកឯកសារផ្សេងទៀត សូមចុចនៅទីនេះ៖

- អង្គការសុខភាពពិភពលោក
- យូនីសេហ្វ
- ភាសាផ្សេងទៀត
- ភស្តុតាង