6 COVID-19 PARENTING
Pakikipag-usap Tungkol sa COVID-19

Maghandang makipag-usap sa anak. May mga narinig na ang mga bata. Ang pananahimik o di-pagpansin ay hindi makakatulong sa anak. Ang pagiging tapat at bukas ang makakatulong. Isipin kung paano mo maipapaliwanag sa paraang maiintindihan nila. Kilala mo sila!

Maging bukas at makinig

Hayaang magsalita nang malaya ang iyong anak. Tanungin at alamin kung ano ang kanilang alam.

Maging tapat

Laging sagutin nang totoo ang kanilang mga tanong. Isaalang-alang ang kanilang edad at ang kanilang kakayahang makaunawa.

Magbigay ng suporta

Maaring takot o nalilito ang anak. Bigyan sila ng espasyo upang ibahagi ang kanilang nararamdaman at ipaalam sa kanila na naroon ka para sa kanila.

Okay lang kung hindi mo alam ang sagot sa mga tanong

Okay lang sabihin na "Hindi natin alam, pero gumagawa tayo ng paraan"; o "Hindi natin alam, pero pag-iisipan natin." Gamitin ang pagkakataon na ito upang mas makilala ang anak!

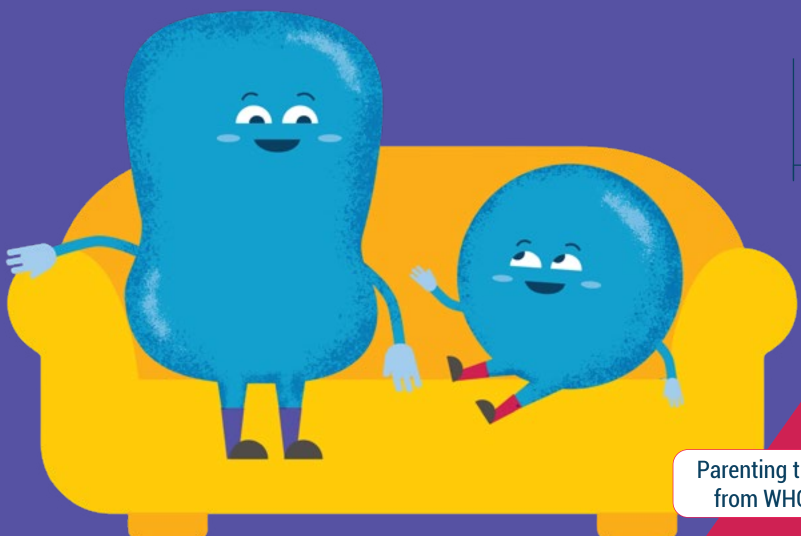
Bayani, hindi bully

Ipaliwanag sa anak na ang COVID-19 ay walang kinalaman sa hitsura, pinanggalingan, o pananalita ng isang tao. Idiin sa anak na kailangang damayan ang mga taong may sakit at ang mga taong nag-aaruga sa mga ito.

Maghanap ng mga magandang balita tungkol mga taong tumutulong upang solusyunan ang krisis at ang mga nag-aaruga sa mga may sakit.

Maraming balita ang kumakalat

Maaring totoo ang iba. Siguraduhing mapagkakatiwalaang ang pinagmulan:
https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public
and
https://www.unicef.org/coronavirus/covid-19
from WHO and UNICEF.



Magtapos sa positibong paraan

Siguraduhing OK ang pakiramdam ng iyong anak. Paalalahanan silang inaalagaan mo sila at maari silang makipag-usap sa iyo anumang oras. Gumawa ng masayang bagay pagkatapos.

I-click ito para sa mas marami pang parenting tips!

Parenting tips from WHO | Parenting tips from UNICEF | In worldwide languages | EVIDENCE-BASE

World Health Organization · unicef for every child · End Violence Against Children · Internet of Good Things · Parenting for Lifelong Health · USAID From the American People · Accelerate Adolescent Success Africa · CDC Centers for Disease Control and Prevention

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.

Parenting for Lifelong Health is supported by the UKRI GCRF Accelerating Achievement for Africa's Adolescents Hub, the European Research Council (ERC) under the European Union's Seventh Framework Programme and the Horizon 2020 Research and Innovation Programme, Oxford University Innovation GCRF Sustainable Impact Fund, UNICEF, the Leverhulme Trust, the Economic and Social Research Council, WHO, CIDA, the National Research Foundation of South Africa, Ilifa Labantwana, Rand Merchant Bank Fund, the ApexHi Charitable Trust, the John Fell Fund, the Evaluation Fund, the UBS Optimus Foundation, USAID-PEPFAR, the Wellcome Trust, Grand Challenges Canada and Wellspring Advisors.