

2 COVID-19 PARENTING Manatiling Positibo

Marahirap manatiling positibo kapag magugulo ang ating mga anak. Madalas nauwi tayo sa pagsabi ng "Itigil mo yan!" Ngunit mas susunod ang mga bata kung bibigyan natin sila ng positibong direksyon at papuri sa mga ginawa nilang tama.

Sabihin ang kilos na gusto mong makita

Gumamit ng positibong salita kapag sinasabi sa anak ang kanyang gagawin; halimbawa "Pakitago ang mga damit mo" Sa halip na "Huwag kang magkalat!"

Lahat iyan ay nasa paraan ng pagsasabi

Ang paninigaw sa anak ay mas makakastress at makakagalit sa iyo at sa kanya. Tawagin sa pangalan ang anak upang makuha ang kanyang atensyon. Makipag-usap gamit ang iyong mahinahon na boses.

Purihin ang anak kapag kumikilos siya nang maayos

Purihin ang mga anak sa magandang bagay o kilos na nagawa nila. Maaring hindi agad makita, ngunit uulitin nilang gawin ang magandang bagay na iyon na pinuri mo. Magbibigay din ito ng kapanatagan sa kanila na sila ay pinapansin at binibigyan ng aruga.



Magpakatotoo

Kaya ba ng anak mo ang hinihingi o pinapagawa mo sa kanya? Mahirap sa bata ang tumahimik sa loob ng bahay buong maghapon, pero baka kaya niyang tumahimik sa loob ng 15 minuto habang may kausap ka sa telepono.



Tulungan ang anak na teenager na manatiling konektado

Kailangan ng mga teenager na manatiling konektado sa kanilang mga kaibigan. Tulungan siya na makakonekta sa pamamagitan ng social media at iba pang ligtas na paraan habang ginagawa ang social distancing. Maari rin itong gawin nang magkasama.

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

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