

2 Prinderimi gjate COVID-19

Te qenit pozitiv (optimist)

Eshte e veshtire te ndihesh pozitiv kur femijet dhe adoleshentet tane bejne gjera qe na irritojne pa mase. Shpesh, ne perfundojme duke thene "Boll! Mos e bej me!" Por femijet bejne cfare ne ju kerkojme ne qofte se u japim atyre udhezime pozitive dhe shume lavderime per ate qe ata bejne mire.

Pershkruaj sjelljen qe ti deshiron femijen tende te beje.

Perdor fjale pozitive kur i thua femijes tend cfare te beje: per shembull, "te lutem, vendosi rrobat tek vendi". (ne vend te thuash "mos bej rremuje!")

Gjithcka varet nga menyra se si ne - si prinder - shprehemi.

Ti berrtasim femijeve vetem do tju stresojme dhe zemeroje juve dhe ata. Perdorni emrin e femijes suaj per ti kapur vemendjen. Flisni me ze te qete.

Lavderojeni femijen kur po sillet mire.

Perpiquni ta lavderosh femijen apo adoleshentin tend per dicka qe ata e kane bere mire. Ata mund te mos e tregojne, por ju do ti shikoni ata duke bere kete gje te mire perseri. Lavderimi juaj i siguron ata qe ju vini re cfare ata bejne dhe perkujdeseni per ta.



Jini realiste

A mundet femija ta beje ate qe ju po i kerkoni? Eshte shume e veshtire per nje femije te rrije pa folur dhe pa bere zhurme brenda ne shtepi per nje dite te tere por mbase ata mund te mos bejne zhurme per 15 minuta nderkohe qe ju beni nje telefonate pune.

Ndihmojini adoleshentet te mbajne lidhjet me shoqerine

Adoleshentet vecanerisht kane nevojte te jene ne gjendje te komunikojne me shoqerine e tyre. Ndihmojini adoleshentet te lidhen permes medias sociale dhe menyra te tjera te sigurta ne distance. Kjo eshte dicka qe mund ta beni se bashku gjithashtu.



Per me shume informacion, ju lutem klikoni me poshte:

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.