



РОДИТЕЛСТВО ВО ВРЕМЕ НА ЕПИДЕМИЈАТА СО КОВИД-19 (ДЕЛ 2)

ОСТАНЕТЕ ПОЗИТИВНИ

Тешко е да се остане позитивен кога нашите деца и тинејџери не излудуваат. Често завршуваме велејќи им „Престани да го правиш тоа!“ Меѓутоа многу е поверојатно дека децата ќе го направат тоа што ќе го побараме од нив доколку им дадеме позитивни насоки и доколку ги пофалиме за тоа што ќе го направат како што треба

1. Кажете им го однесувањето кое што сакате да го видите од нив

Користете позитивни зборови кога им кажувате на Вашите деца што треба да направат. На пример кажете им „Те молам крени ги алиштата“ (наместо да им кажете „Немојте да правите неред по дома“)

2. Се е до тоа како ќе биде кажано

Викањето на децата, само ќе ве направи и вас и нив да бидете под поголем стрес и да се чувствувате луто. Обрнете им го вниманието на вашите деца со тоа што ќе им се обратите со нивното име. Зборувајте им од близина со смирен глас.

3. Бидете реални

Размислете дали навистина вашите деца можат да го исполнат она што го барате од нив? Навистина е многу тешко за детето да биде тивко внатре дома во текот на целиот ден. Меѓутоа може да биде тивко за време од 15 минути, додека вие разговарате на телефон.

4. Пофалете го Вашето дете кога се однесува како што треба

Обидете се да го пофалите Вашето дете или тинејџер за нешто што го направиле добро. Можеби нема веднаш да покажат дека пофалбата им значи, меѓутоа ќе видите дека повторно ќе го направат истото добро нешто. Исто така за децата ќе значи потврда дека ги забележувате и се грижите за нив.

5. Помогнете му на Вашиот тинејџер да остане поврзан

На тинејџерите им е од големо значење да можат да комуницираат со своите пријатели. Овозможете им на Вашите тинејџери да останат поврзани со своите пријатели преку социјалните медиуми или останати безбедни начини на комуникација, преку кои ќе се запази социјалното дистанцирање. Можете да се обидете и заедно да користите социјални медиуми!

Извор: Светска Здравствена Организација