

# COVID-19 მშობლობა

## შეინარჩუნეთ პოზიტიურობა!

რთულია იყო პოზიტიური, როდესაც ბავშვები "გვაგვიყებენ". ხშირად გვიწევს ვუთხრათ მათ "გაჩერდი!", თუმცა ბავშვები უფრო მეტად დაგვიჯერებენ, თუ მივცემთ პოზიტიურ მითითებებს და უამრავს შევაქებთ კარგი ქცევისთვის.

### აღწერეთ ის ქცევა, რისი დანახვაც გსურთ!

გამოიყენეთ პოზიტიური სიტყვები, როდესაც ბავშვს ეუბნებით რა გააკეთოს - მაგალითად: "გთხოვ, დაალაგე შენი ტანსაცმელი" (იმის ნაცვლად, რომ უთხრათ "ნუ ურევ!")

### ყველაფერი დამოკიდებულია იმაზე, თუ როგორ მივაწვდით მათ

თუ დაუყვირებთ ბავშვებს ეს თქვენ და ბავშვებსაც უფრო მეტად გაგაღიზიანებთ და გაგაბრაზებთ. მიიქცით ბავშვის ყურადღება მისი სახელის გამოყენებით. ისაუბრეთ მშვიდად.

### შეაქეთ ბავშვი, როდესაც იქცევა კარგად.

შეეცადეთ, ყოველთვის შეაქოთ თქვენი ბავშვი / მოზარდი იმისთვის, რასაც აკეთებს კარგად. შეიძლება ის არ გამოხატავს კმაყოფილებას ამისთვის, მაგრამ, თქვენ ნახავთ, რომ ისევ გაიმეორებს იმ კარგ ქცევას რისთვისაც შეაქეთ. ასევე, კიდევ ერთხელ რწმუნდება, რომ თქვენ ამჩნევთ და ზრუნავთ მასზე.

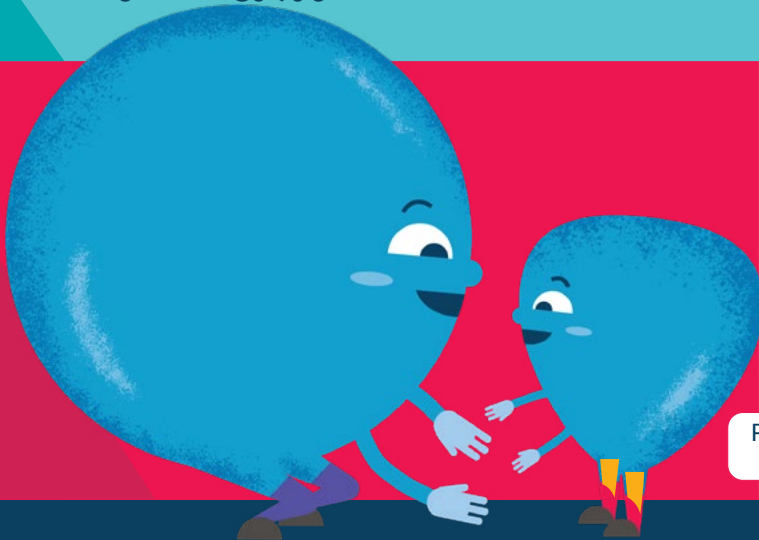


### იყავით რეალისტური

შეუძლია ბავშვს გააკეთოს ის, რასაც სთხოვთ? ბავშვისთვის რთულია იყოს ჩუმი მთელი დღის განმავლობაში, თუმცა შეუძლია შეინარჩუნოს სიმშვიდე 15 წუთის განმავლობაში, როდესაც თქვენ საუბრობთ ტელეფონით

### დაეხმარეთ თინეიჯერებს იყვნენ კავშირზე მეგობრებთან

თინეიჯერებს განსაკუთრებით ესაჭიროებათ მეგობრებთან კონტაქტი. დაეხმარეთ მათ კომუნიკაციაში სოციალური მედიის ან სხვა დისტანციური მეთოდის გამოყენებით. ეს არის ის, რაც ასევე შეგიძლიათ ერთად გააკეთოთ!



ნახეთ აქ, უფრო მეტი რჩევები მშობლებისთვის

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



The COVID-19 Playful Parenting Emergency Response is supported by the LEGO Foundation, the philanthropic donors to the University of Oxford's COVID-19 Research Response Fund, and the UKRI GCRF Accelerating Achievement for Africa's Adolescents (Accelerate) Hub. Research on Parenting for Lifelong Health is supported by the UKRI GCRF Accelerate Hub, the Oak Foundation, the European Research Council (ERC) under the European Union's Seventh Framework Programme and the Horizon 2020 Research and Innovation Programme, the Global Alliance for Chronic Diseases under the European Union's Horizon 2020 Research and Innovation Programme, UNICEF, WHO, Oxford University Innovation GCRF Sustainable Impact Fund, the Leverhulme Trust, the Economic and Social Research Council, CIDA, the National Research Foundation of South Africa, Ilifa Labantwana, the John Fell Fund, the Evaluation Fund, the UBS Optimus Foundation, USAID-PEPPAR, the Wellcome Trust, Grand Challenges Canada and WellSpring Advisors.