

والدية COVID-19 حافظ على الإيجابية

إنه من الصعب الحفاظ على الإيجابية عندما يقوم أبناءك بإخراجك عن السيطرة. عادة نميل لأن نقول لهم توقف عن هذا! لكن الأطفال يميلون لإتباع أوامرنا عندما نستعمل معهم إرشادات وتعليمات إيجابية، والكثير من الثناء على سلوكياتهم وتصرفاتهم الحسنة

عبر عن السلوك الذي تريد أن تراه

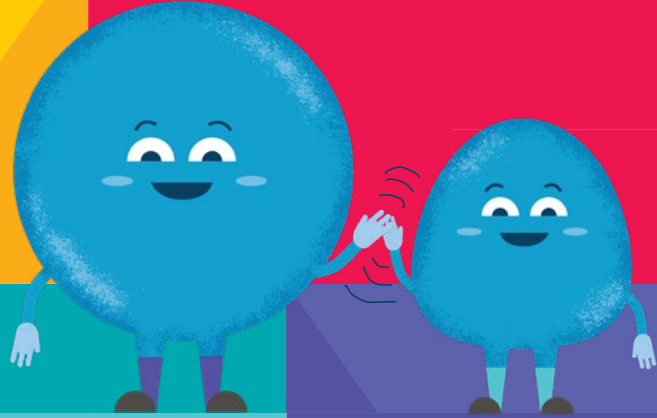
إستخدم كلمات إيجابية عندما تطلب من أبناءك القيام ببعض الأمور، مثل من فضلك رتب ملابسك ، بدلاً من لا تقم بالفوضى.

كله تحت السيطرة

الصراخ على أطفالك سيجعلك وسيجعلهم يشعرون أكثر بالتوتر. إجذب إنتباه أطفالك من خلال إستخدام أسماءهم وتحدث معهم بصوت هادىء

قم بمدح أطفالك والثناء عليهم عند تصرفهم بشكل حسن

حاول الثناء على أطفالك (الصغار والكبار) عند قيامهم بعمل جيد. قد لا يُظهرون ذلك، لكنهم حتماً سيقومون بذلك مرة أخرى. ذلك أيضاً سيؤكد لهم أنك تراهم وتهتم لهم .



كن واقعياً

هل يستطيع طفلك بالفعل القيام بما تطلبه منه؟ قد يكون من الصعب جداً المحافظة على الهدوء طوال اليوم، لكنه يمكنه الحفاظ على الهدوء لمدة ١٥ دقيقة، عندما تحتاج للتحدث بالهاتف.

ساعد ابنك المراهق على البقاء متواصلاً

من المهم للمراهقين التحدث والتواصل مع أصدقائهم. ساعد ابنك المراهق على الحفاظ على تواصل مع أصدقائه من خلال وسائل التواصل الاجتماعي وطرق التواصل الآمن عن بُعد. هذا أيضاً شيء إضافي يمكنكم القيام به معاً !



لمزيد من المعلومات أنقر الروابط أدناه :

Parenting tips
from WHO

Parenting tips
from UNICEF

In worldwide
languages

EVIDENCE-BASE



unicef
for every child



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.