

LÀM CHA MẸ THỜI COVID-19

2 – Luôn lạc quan

Thật khó có thể lạc quan khi bọn trẻ không ngừng khiến chúng ta phát điên. Chúng ta thường nói “Dừng ngay việc đó lại!”

Hãy thay câu nói đó bằng cách chỉ dẫn cho các con điều mà chúng nên làm và khen ngợi khi chúng làm được.

Nói với con về hành vi mà cha mẹ mong đợi

Sử dụng từ ngữ tích cực khi nói với con về những gì mà cha mẹ muốn chúng làm. Ví dụ như nói “Con có thể gấp gọn quần áo được không?” thay vì “Đừng làm bừa bộn nữa!”

Mọi thứ có thể thay đổi qua cách nói chuyện

Mắng con chỉ khiến các con cảm thấy căng thẳng và chính chúng ta giận dữ nhiều hơn. Thay vì đó, hãy gọi tên con và nói chuyện một cách điềm tĩnh và chắc chắn.

Khen con khi chúng nghe lời và cư xử đúng mực

Ghi nhận và dành lời khen khi con làm tốt một việc nào đó. Điều này giúp con cảm thấy cha mẹ chú ý và quan tâm đến những gì chúng làm và giúp chúng có động lực để tiếp tục làm tốt hơn.

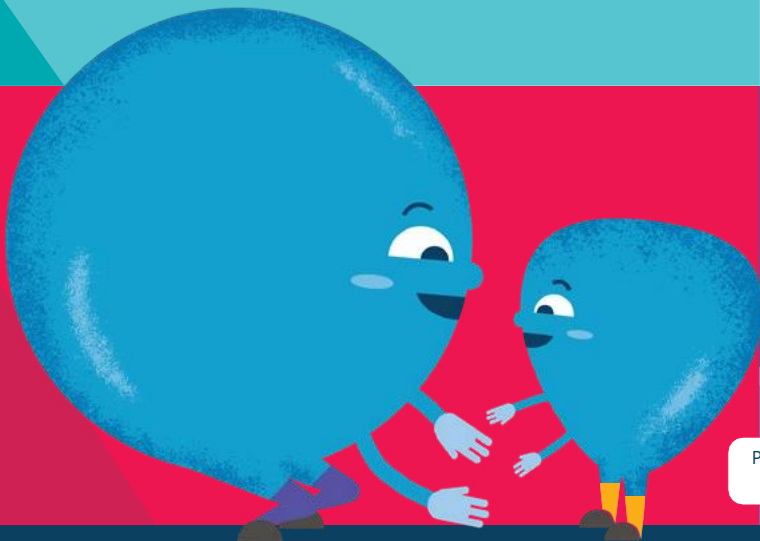


Mọi chuyện đều cần thực tế

Trẻ con có thể giữ yên lặng trong 15 phút mà bố mẹ cần làm việc hoặc gọi điện thoại, nhưng chúng ta không thể đòi hỏi chúng ngồi yên suốt cả ngày.

Thanh thiếu niên cần được kết nối với thế giới bên ngoài

Thanh thiếu niên rất cần được giao tiếp với bạn bè. Hãy giúp con kết nối an toàn qua mạng xã hội và các công cụ khác.



Truy cập những liên kết dưới đây để đọc thêm:

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.