

# 2 कोव्हीड 19 : पालकत्व सकारात्मक वागणे

आपली मुले आपल्याला वैताग आणत असताना सकारात्मक वागणे अवघड असते! आपण बऱ्याचदा हे करू नको ते करू नको सांगत बसतो. त्याऐवजी आपण काय करायचे हे सांगितलं, आणि त्यांनी ते कळल्यावर त्याची दखल घेतली, कौतुक कळलं तर मुलं आपलं ऐकण्याचं प्रमाण वाढतं .

## जे वागणं हवं आहे त्याबद्दल बोला

- काय कर हे सकारात्मक पद्धतीनं सांगा - पसारा करू नकोसच्या ऐवजी प्लीज खेळणी उचलून ठेव असं म्हणा.

## आपण कसं बोलतोय यावर बरंच अवलंबून आहे!

- मुलावर ओरडल्यानी तुमचा आणि मुलाचा दोघांचाही ताण वाढतो. मुलाशी त्याचं नाव घेऊन बोला. आवाज शांत ठेवा.

## मुलं योग्य वागतात तेंव्हा त्यांचं कौतुक करा!

- मुलाच्या चांगल्या वागण्याचं कौतुक करा . त्यांनी दाखवलं नाही तरी असंच चांगलं वागण्यासाठी ते मनातून यामुळे तयार होतात. तुम्हाला त्यांच्या वागण्यातून ते जाणवेलही. त्यांचं चांगलं वागणं तुम्हाला दिसतंय याची खात्री पटल्यानी त्यांना बरं वाटेल.

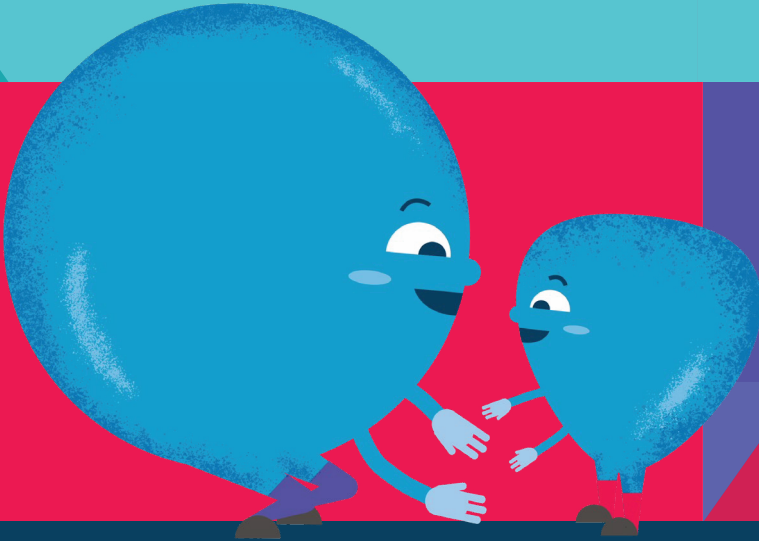


## योग्य अपेक्षा ठेवा

- आपण मुलाकडून जी अपेक्षा करत आहोत ते खरंच आपलं मूल करू शकेल का ? दिवसभर शांत बसणं नाही जमू शकणार त्यांना. पण तुमचा फोन सुरु असेपर्यंत 15 मिनिटं शांत बसण्याची अपेक्षा ठेवणं ठीक असेल.

## मुलांच्या गरजा समजून घ्या!

- प्रामुख्याने कुमारवयीन मुलांना त्यांच्या मित्रमंडळलशी बोलण्याची गरज असते. त्यांना व्यक्त होण्याची संधी जरूर द्या. त्यांना वाटणारी काळजी / चिंता याबाबत बोलू द्या.



युनिसेफ व WHO कडून याहून अधिक कल्पना हव्यात?

Evidence base इथे आहे



unicef  
for every child

