

# Аз жаргалтай эцэг, эх, хүүхдэд чиглэсэн

## Эерэг хүмүүжил олгох

# 129 арга

### 1

#### Үндсэн нөхцөл

Хүүхэд бол хүндлэл хүлээвэл зохих бие даасан хүн юм.

### 2

#### Хэрэгжүүлэх зарчим

- Эцэг эх өөрийгөө болон үр хүүхдээ ойлгохоос эхэлнэ.
- Эцэг эх ба үр хүүхдийн хооронд харилцан итгэлцэл байх хэрэгтэй.

### 9

#### Хэрэгжүүлэх арга



##### Хүүхдээ танин мэд

Хүүхэд бүр өөрийн гэсэн өвөрмөц зан чанар, авиртай, харилцан адилгүй хурдаар өсөж, хөгжиж байдаг. Иймд хүүхдийнхээ юу бодож, мэдэрч байгааг анхааралтай ажиглана уу.



##### Өөрийгөө эргэн хар

Эцэг, эхийн хувьд та өөрийн онцлог шинж чанар ба сайжруулах зүйл байгаа эсэхээ эргэн харна уу.



##### Хандлагаа өөрчилл

Таны хүүхдийн гаргаж буй араншин, үйл хөдлөл нь үнэхээр өөрчилж засах шаардлагатай эсэхийг эргэцүүлэн бодож, хандлагаа өөрчлөөд үзнэ үү.



##### Хамтдаа өсөж хөгж

Хүүхдийнхээ өсөлт хөгжилтэй уялдуулаад өөрийнхөө гүйцэтгэдэг үүргийг өөрчилнэ үү.



##### Хүүхэддээ анхаарлаа бүрэн хандуул

Хүүхэдтэйгээ цагийг хамт өнгөрүүлэхдээ зөвхөн хүүхэддээ анхаарлаа хандуулна уу.



##### Сонсож, ойлго

Хүүхэддэйгээ үгүйлэмж илэрхийлэлийг идэвхтэй сонсож, сэтгэл хөдлөлийг нь мэдэрч ойлгоно уу.



##### Тууштай байх

Хүүхэд тань хүлээн зөвшөөрөн биелүүлж чадах амлалт ба горимыг тогтоож, түүнийгээ тууштай мөрдөх харьцаа үүсгэнэ үү.



##### Алдаагаа хүлээн зөвшөөр

Эцэг, эх ч гэсэн алдаа гаргадаг гэдгийг хүлээн зөвшөөрч хүүхдээсээ уучлал гуйна уу.



##### Хамтарж хий

Хүнд төвөгтэй үедээ эргэн тойрны хүмүүс, эсхүл мэргэжлийн хүмүүсээс тусламж хүснэ үү.