

วัยรุ่น ผู้ใหญ่ทุกคนเคยเป็นมาก่อน แต่ยุคสมัยมันต่างไปแล้ว จะทำยังไงให้ได้ใจวัยรุ่นยุคนี้
วันนี้เรามีเทคนิคเล็กๆน้อยๆ มาฝากผู้ปกครอง ลองนำไปทำตามดูนะ พ่อแม่เป็นแล้วเลิกไม่ได้ขอเป็นกำลังใจให้พ่อแม่ทุกคน

5 เรื่องไม่ยาก

หากยาก "ได้ใจ" วัยรุ่น

• สร้างบรรยากาศปลอดภัยน่าสนใจ

หากิจกรรมที่ทำให้อุณหภูมิห้องอบอุ่นทำด้วยตนเอง เป็นกิจกรรมที่ปลอดภัยและดึงดูดใจลูกให้อยู่ในบ้าน เช่น ดัดผมอาหารและเครื่องดื่มทำเอง โดยพ่อแม่ ผู้ใหญ่อยู่ข้างๆ เพื่อให้อุ่นใจว่าใช้อุปกรณ์ถูกวิธี



• ให้อุณหภูมิห้องอบอุ่น

เมื่อพ่อแม่ให้อุณหภูมิห้องอบอุ่น ทำกับข้าวเอง ก็ต้องเข้าใจว่าพ่อแม่ ผู้ใหญ่ ภูมิคุ้มกันที่ลูกได้รับจะทำงานกับข้าวเป็น นอกจากลูกคิดว่าดีใจที่เห็นลูก เป็นผู้ใหญ่ที่มีความรับผิดชอบ สามารถรับผิดชอบงานที่ทำได้สำเร็จ



• ปกครองด้วย "วินัยเชิงบวก"

ทั้งพ่อและแม่และลูกควรมีส่วนร่วมกันในการจัดการในบ้าน หากมีการ ลงโทษเมื่อทำผิดสิ่งนี้คือการช่วยลูกทำดีด้วย ทั้งการลงโทษและ ให้อภัยด้วย ควรเป็นการตกลงร่วมกันระหว่างพ่อแม่กับลูกเช่นกัน



• คาดหวังเรื่องที่เป็นจริงได้จากเด็ก

สิ่งที่ช่วยให้อุณหภูมิห้องอบอุ่นได้จริง คือการพูดคุย รับฟัง เรื่องราวต่างๆ จากคนที่มีความรู้ในวัยเดียวกัน ว่าแก้ปัญหาอย่างไร รวมทั้งให้ คำแนะนำแก่พ่อแม่ผู้ใหญ่อื่นๆ ได้ เห็นด้วยจนคิดว่า "ไม่มีอะไรไปหมด"



• ให้ความสำคัญกับตัวเองและลูก

เมื่อรู้สึกลดลง กับคน มองหาคนที่ช่วยเหลือและพร้อมรับฟังปัญหา อย่างสม่ำเสมอที่เป็นของตัวเองและสิ่งที่ชอบ เช่น ออกกำลังกาย ไปร่วม กิจกรรมกับคนในหมู่บ้าน ใช้เวลาของตัวเองกับเวลาที่พ่อแม่ให้หมด





โครงการสนับสนุนการพัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมการมีส่วนร่วมของภาคประชาสังคมในโครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมการมีส่วนร่วมของภาคประชาสังคม