Ang bawat magulang o tagapag-alaga ay umaasang ang mga kilos at desisyon ng kanilang mga anak ay magpapanatili ng magandang pangalan ng kanilang pamilya. Maaaring mahirap ito dahil sa iba't-ibang impluwensya sa labas ng tahanan, kasama na ang kaibigan o mga nakakatanda na hindi iniisip ang pinakamabuting interes ng iyong anak.

Sa panahon ng pagbibinata at pagdadalaga, naghahangad ang mga kabataan ng kalayaan at pakikipagsapalaran. Sabik silang subukan ang mga bagong bagay, mas may kumpiyansa sa pagtuklas, at naghahanap sila ng pakiramdam ng pagkakaisa at respeto mula sa kanilang mga kaibigan. Ito ang nagbibigay hamon sa kanila laban sa mga negatibong impluwensya, pero maari ring gamitin and parehong enerhiya sa positibong paraan.

Ang guide o gabay na ito ay makakatulong sa iyong makilala ang mga senyales na maaaring sumasama na ang iyong anak sa hindi magandang grupo, at magbibigay sa iyo ng mga paraan para protektahan sila. Ang pagdami ng positibong impluwensya at aktibidad sa buhay ng iyong anak ay makakatulong na pananatilihin sila sa tamang direksyon tungo sa isang malusog o healthy at masayang hinaharap.

Mga Mapagkukunan Para sa mga Pamilya at Tagapag-alaga

Kung nag-aalala ka tungkol sa iyong anak o sa ibang kabataang kilala mo, may nakalaang tulong.

Pahinarya:
edmonton.ca/buildingsafercommunities

Karagdagang Mapagkukunan:
Telepono: 211

Pagsuporta sa Mga Positibong Pagpipilian para sa Kabataan

Building Safer Communities

Edmonton

Pagtatakda Ng Iyong Anak Para Sa Tagumpay

Kilalanin Ang mga senyales

Kung nahihirapan ang iyong anak sa paaralan o sa pakikisama sa iba, maaari siyang makaramdam ng hiya at itago and kanyang nararamdaman para hindi ka niya maramdamang nabigo. Ito ay maaaring lumala kung hind agad matutugunan dahil hindi niya nakukuha ang kailangang gabay o guide para maayos ang problema. Maaari rin siyang humingi ng suporta sa mga kaibigang hindi gumagawa ng mabuting desisyon. Kapag napansin mo ang mga biglaang pagbabago sa kanyang ugali, pagganap sa paaralan, o sa pakikitungo sa iyo, importante na makipag-usap ka nang direkta sa iyong anak para malaman kung ano ang pinagdadaanan niya.

School

- Marka o kahusayan sa akademya na biglang bumaba.
- Mga takdang-aralin o asaynments na hindi nakukumpleto o nahuhuli sa pagpasa.
- Madalas na tawag mula sa iskul tungkol sa pagliban ng iyong anak sa klase.
- Tawag o email mula sa iskul tungkol sa bullying o mga pag-aaway ng inyong anak sa ibang estudyante.

Komunidad

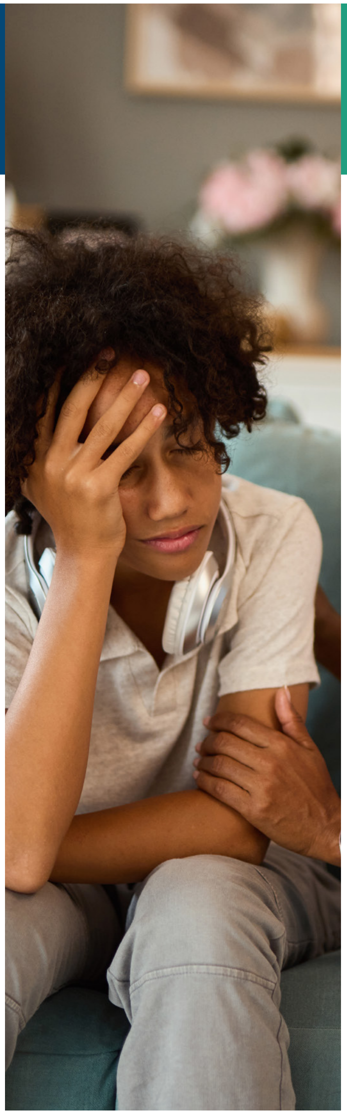
- Biglang pagbabago ng saloobin sa komunidad at sa mga institusyong panlipunan.
- Pagkawala ng interes sa mga karaniwang aktibidad sa komunidad tulad ng mga club, grupo ng kabataan, at pagboboluntaryo.
- Nabawasan ang pakikilahok sa mga kaganapan sa komunidad o kultural.

Mga Kabarkada

- Pag-iwas sa matagal nang mga kaibigan.
- Biglang paglipat sa bagong grupo ng mga kaibigan o kabarkada.
- Lumalalang pakikitungo sa mga dating kaibigan o kabarkada pati na sa mga nakakatanda.
- Pakikipag-ugnayan sa bagong barkada na nakiksangkot sa antisosyal na mga gawain tulad ng pagnanakaw, pananakot, at karahasan.

Pamilya

- Pag-iwas sa pakikipag-usap sa mga miyembro ng pamilya.
- Ayaw gumugol ng oras sa bahay o kasama ang pamilya.
- Hindi pagsunod sa mga curfew, responsibilidad, o iba pang inaasahan ng pamilya.
- Pagkakaroon ng pera, bagong damit, o iba pang mamahaling bagay na hindi maipaliwanag.
- Paglilihim tungkol sa kung saan at paano ginugugol ang oras kapag wala sa bahay.



Building Safer Communities

Edmonton

Ang Magagawa Mo

Magplano ng oras para sa pamilya

Kumain ng sabay-sabay bilang isang pamilya, mag-iskedyul ng mga regular na pamamasyal o aktibidad, panatilihin ang mga tradisyon, at maglaan ng oras para talakayin ang mga plano, damdamin, at karanasan ng bawat isa. Bigyan ng positibong pagpapahalaga at ipaalam sa iyong anak kung gaano kaimportante ang kanilang pakikilahok sa pamilya.

Magtakda ng malinaw na mga ekspektasyon at limtasyon

Itakda ang mga malinaw na inaasahan tulad ng oras ng uwi ng iyong anak at kung gaano kadalas sila dapat mag-check in kapag nasa labas. Ipaliwanag ang mga kahihinathan ng hindi pagsunod sa mga patakarang ito. Siguraduhing ipatupad ang mga kahihinatnan kapag nilabag ang mga ito, ngunit ipakita pa rin ang walang kundisyong pagmamahal sa iyong anak.

Punan ang oras ng mga positibong aktibidad

Isama ang iyong anak sa mga panlipunang aktibidad na nagbibigay ng pakiramdam ng pakikisama at tagumpay. Kasali dito ang mga athletics, programa sa sining o arts, clubs sa paaralan/iskul, part-time na trabaho, o mga grupo sa mga organizsasyong relihiyoso at pangkomunidad. Magtalaga rin ng mga responsibilidad sa bahay na naaayon sa kanilang edad.

Turuan ang iyong anak tungkol sa mga panganib at responsibilidad

Makipag-usap nang bukas sa iyong anak tungkol sa negatibong kahihinatnan ng mapanganib na pag-uugali, kabilang ang pagpapabaya sa gawain sa iskul, paggamit ng droga at alcohol, at pakikipagkaibigan sa mga barkada na may masamang impuwensya. Iwasan ang mga taktika sa pananakot, ngunit ipaliwanag kung paano maaaring makapaglimita sa kanilang mga hinaharap na opsyon ang mga mapanganib na pagpili at posibleng maging sanhi ng pagsisisi. Ipakita ang iyong pag-aalaga at malasakit sa kanilang kinabukasan, hindi ang galit o paninisi.

Manatiling kasangkot at nakatuon

Ipakita ang iyong interes sa buhay ng iyong anak. Suportahan ang kanilang mga libangan at interes, makipagkilala sa kanilang mga guro at sa mga kaibigan at magulang ng kanilang mga kaibigan. Bantayan ang kanilang online na aktibidad at subaybayan ang kanilang pag-unlad sa paaralan. Ipagdiwang ang kanilang mga tagumpay at tulungan silang makahanap ng naaangkop na suporta kapag nahihirapan sila.