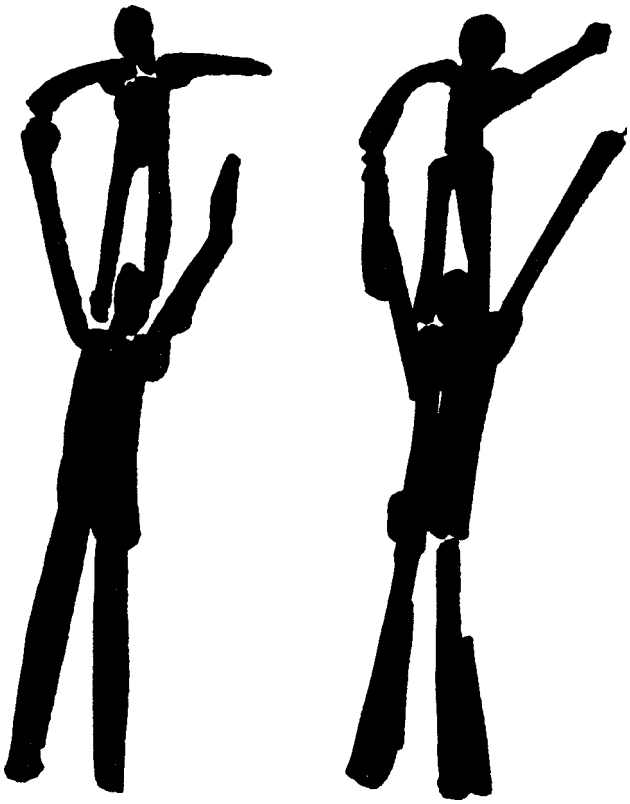
Kung Papaano Mabibigyan

ANG MGA BATA

Ng

Kalusugang Emosyonal



kahit na . . . ang iyong pagkabata ay may kakulangan.

ni Marjon Riekerk

Sinulat ni Marjon Riekerk, sa tulong ni Laura Thomas.
Isinalarawan ni Marilyn Valentine. Isinalin sa Filipino ni Leo M. Lazo

How to Give Children an Emotional Head Start. Copyright © 1988 by Rational Island Publishers. All rights reserved. No part of this pamphlet may be used or reproduced in any manner whatsoever without written permission except in the case of brief quotations embodied in critical articles or reviews.

For information write to:

Rational Island Publishers
P.O. Box 2081, Main Office Station
Seattle, Washington 98111, U.S.A.

ISBN: 1-885357-73-7
$2.00

Filipino translation, copyright © 1998 by Rational Island Publishers

Magkaroon ng panahon upang

MAKINIG

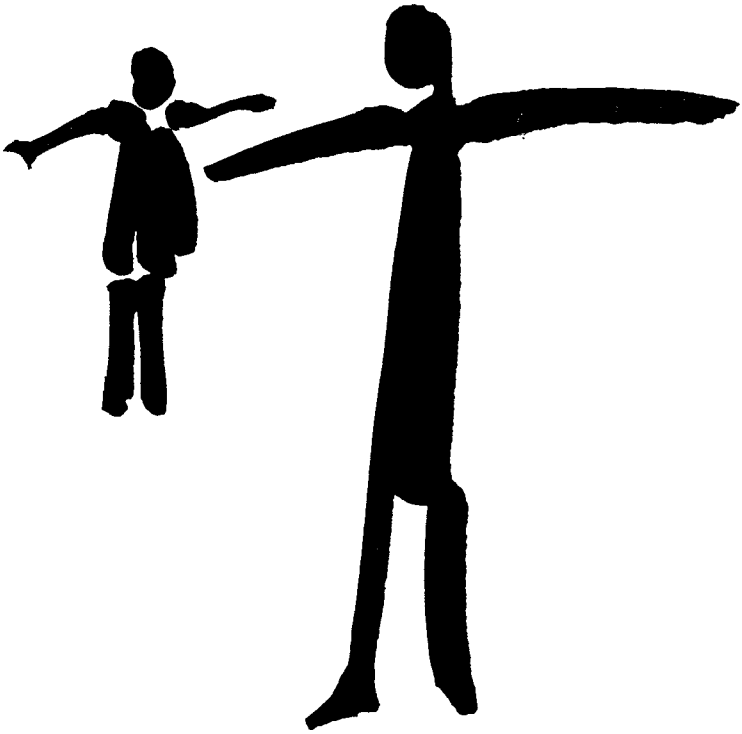
SA MGA BATA

(kahit walang nakinig sa iyo noong bata ka pa)

at mararamdaman nilang mahalaga sila, makakapag-isip sila ng mahusay, makakahanap sila ng mga tamang paraan upang malutas ang kanilang mga problema.

IGALANG

ANG MGA BATA



Lalaki silang may paggalang sa sarili
at sa kapwa.

(kahit na . . . hindi ka iginalang noong bata ka pa, at may mga iba riyang hindi ka pa rin iginagalang hanggang ngayon.)

PURIHIN

ANG MGA BATA

ang kanilang pagkatao,
ang hitsura at anyo nila,
ang pagkakaroon nila
ng sariling kaisipan
at kagustuhan.

(kahit na . . . hindi mo maalala kung kailan nga ba
ang huling pagkakataong may pumuri sa iyo!)

YAKAPIN

ANG MGA BATA

(KUNG PINAHIHINTULUTAN KA, SIYEMPRE)

Gustong-gusto rin nilang *yumakap*.
Lahat tayo'y nangangailangan
ng 'di kukulangin sa apat na yakap
sa isang araw.

PAYAGAN

SILANG MATAKOT AT MAGALIT

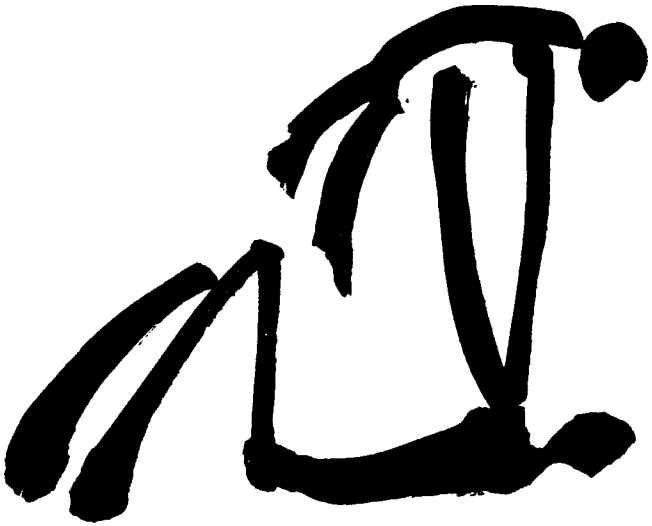
Ang pag-iyak at pag-alboroto ay nakakabuti. Naalis nila ang lungkot, pagkayamot at pagkabigo, at alam ng mga bata ito. Tayong lahat ay natatakot kung minsan, at nabibigo, at kailangan nating umiyak paminsan-minsan.

(kahit na . . . sinabihan ka noong "ang malalaking bata ay 'di umiiyak" at kung anu-ano pang mga kasabihang hindi tama!)

MAKIPAGLARO

SA MGA BATA

Natututo, sumisibol at nagmamahal sila habang nakikipaglaro. Pabayaan mong sila ang pumili at mamuno ng laro.



(kahit na . . . parang mayroon ka pang mga “mas importanteng” gawaing tatapusin!)

HAYAANG SILA ANG MAG-ISIP NG SARILI NILANG DISISYON

hangga't maari

sa ganyang paraan, lalaki silang may kumpyansa
at marunong magdisisyon.

(kahit na . . . mayroon silang mga disisyong nakaka-abala
o nakahihiya sa iyo paminsan-minsan!)

MAGTAKDA NG MAKATUWIRANG HANGGANAN

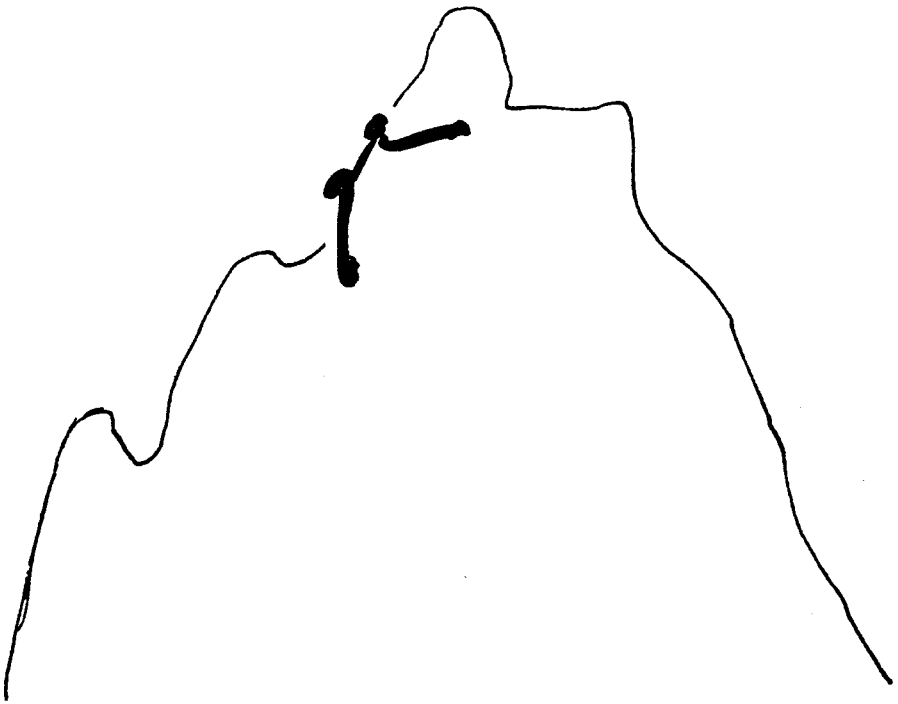
at alalahaning ang pagpuri ay
mas mabisa kaysa parusa!

(Maniwala ka o hindi, hindi kinailangan o karapat-dapat
ang ano mang parusang naibigay sa iyo noon.)

PABAYAANG

GALUGARIN, USISAHIN, O SUBUKAN NILA ANG KUNG ANU-ANO

(kahit na . . . minsa'y natatakot ka para sa kanila!)



Ang mga bata ay likas na mausisa at makinang
ang kanilang sintido komun.

ASAHAN ANG PINAKAMAHUSAY

GALING SA MGA BATA

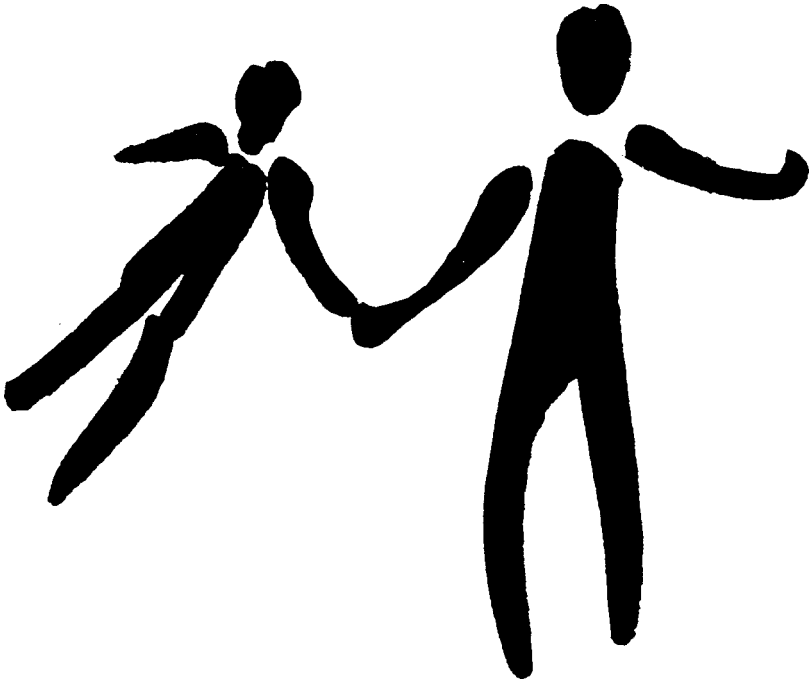
Gagawin nila ang lahat ng kanilang makakaya upang ipakitang ito ay karapat-dapat.

At higit sa lahat

IKASAYA

ANG MGA BATA

(at huwag *masyadong* mag-alaala.)



Matibay and loob, matalino, may kakayahan, mapagmahal, marunong at may kagandahan ang mga bata. Isang karangalang sila'y makapiling.

At ang kahuli-hulihan

PAG-ISIPANG MABUTI ANG *SARILI.*

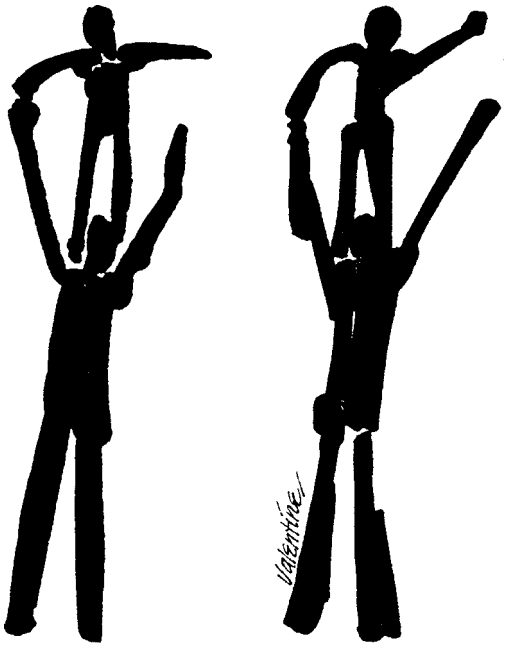
AT PANGALAGAANG MABUTI ANG *SARILI!*

Kailangan mong mayakap, *kailangan mong* tumawa at umiyak at magalit kung minsan, *kailangan mo* ng panahong makipag-usap, makipaglaro, mangarap, at *kailangan mong* mapuri. Mayroon ding suporta sa iyo sa paligid mo.

Kung nagagawa mo ang mga bagay na ito paminsan-minsan, ikaw ay isang mahalagang kakampi at kasamahan ng kahit sinumang bata o kabataan.

Kung mayroong kang komentaryo o kaya'y nais mo ng karagdagang impormasyon, sumulat sa:

Rational Island Publishers
PO Box 2081, Main Office Station
Seattle, Washington 98111, USA.



Mga iba pang lathalain ng Rational Island Publishers tungkol sa pakikitungo sa mga bata o kabataan:

How Parents Can Counsel Their Children, munting aklat, sinulat ni Tim Jackins. ISBN 0-913937-32-0. $4.00.

Permit Their Flourishing, munting aklat, sinulat ng mga namahala sa Palo Alto Pre-school. Tungkol sa unang taon ng eskuwelahan. ISBN 0-911214-59-3. $3.00.

The Caring Parent, magasin para sa mga taong interesado sa pagiging magulang. Bilang 1 at 2, $2.00 bawat isa; Bilang 3, 4, 5, at 6, $3.00 bawat isa.

Young and Powerful, magasin para sa mga bata at kabataan at lahat ng interesado sa kapakanan ng mga bata at kabataan. Bilang 1, 2, 3, at 4, $2.00 bawat isa; Bilang 5 and 6, $3.00 bawat isa.

Classroom, magasin tungkol sa teoriya at pagsasagawa ng pag-aaral at pagbabago ukol sa pagtuturo. Bilang 1 at 2, $1.00 bawat isa; Bilang 3, 4, at 5, $2.00 bawat isa; Bilang 6, 7, 8, at 9, $3.00 bawat isa.

Umorder sa:
Rational Island Publishers
PO Box 2081, Main Office Station,
Seattle, Washington USA 98111