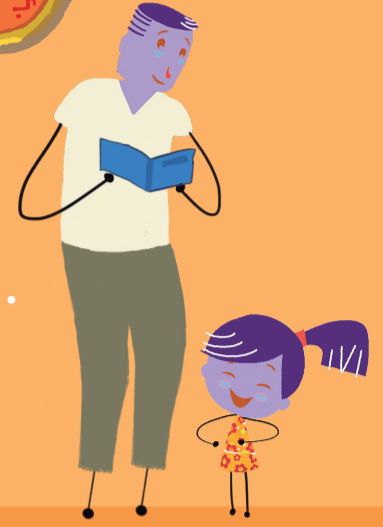




Күнүмдүк тартип илими



Күнүмдүк тартиптер (мисалы, чогуу тамактануу жана белгиленген уктоо убактысы) үй-бүлөлөргө стресстен арылтууга жана балдарды коопсуз сезүүгө жардам берет. Кыйын убакта тааныш күнүмдүк тартипти сактоо маанилүү.



Күнүмдүк иштердин алдын ала айтуу жана эмнени күтөөрүн билүү балдарды ишенимдүү жана коопсуз сездирет.

Күнүмдүк тартиптер ата-энелерге да, балдарга да стресстен арылууга жана тынчсызданууну азайтууга жана дени сак, бактылуу жашоого жардам берет.

Үй-бүлөлүк тартип импульсивдүүлүктү азайтып, балдарды кызматташууга жана көз карандысыз кылууга жардам берет; бул ачууну жана чыр-чатакты азайтууга жардам берет.

Үй-бүлөлүк тартип тилди өнүктүрүү, окуудагы жетишкендиктер жана социалдык жөндөмдөрдү өнүктүрүү менен байланышкан.

Уктоо алдындагы эрежелер, мисалы, чогуу тамактануу жана ырааттуу уктоо тартиби балдарды узак жана жакшыраак уктатат.

Үй-бүлөлүк тартип ата-энелик компетенттүүлүк, баланы тарбиялоо, психикалык ден соолук жана никенин канааттануусу менен байланышкан.

Илим көрсөткөндөй, ырааттуулук (бир эле тартипте жана контекстте тапшырманы кайталоо) жүрүм-турумду адатка айлантуунун эң жакшы жолу.

Билим берүү жана социалдаштыруу ата-эне тарбиясынын маанилүү аспектиери болуп саналат жана алар көбүнчө эрежелерди иш-аракеттер аркылуу ишке ашат.



КАМКОРДУК ИЛИМИ

Бактылуу, дени сак үй-бүлөлөрдү колдоо боюнча БУУнун БКБ демилгеси

Көбүрөөк маалымат жана шилтемелер үчүн төмөнкү дарекке кириңиз:

Бул Франциянын жана Япониянын элдеринин берешен колдоосунун аркасында мумкун болду.

www.unodc.org/listenfirst



UNODC

United Nations Office on Drugs and Crime