

# 給受到身體傷害兒童父母的建議

1. 雖然不容易，但為孩子著想，父母最好減少喊叫，打架，或爭論。
2. 留意事情可能會有困難，但可以耐心和冷靜計劃怎麼處理。
3. 具體確定每天大家例必要做的家務和責任，盡量減少疑惑。
4. 嘗試獎勵積極正面的行為和以非暴力的方法回應負面的行為。
5. 家長即使有意見分歧時，也應先保護孩子。最好在遠離兒童的地討論私人的問題。
6. 了解孩子什麼的行為可能激怒每一個家庭成員，並制定計劃冷靜處理這些行為。
7. 認識到自己能力的局限，好好為照顧自己計劃。每星期預留一點時間給自己或配偶。
8. 列出一個可以短暫紓緩家長情緒的朋友或親戚清單。