

The background features a vertical line on the left side. To the left of this line, there are concentric white circles on a light green background. To the right of the line, there are four colored triangular sections: a blue one at the top, a light green one in the middle, a pink one at the bottom left, and a red one at the bottom right.

ГЭР БҮЛИЙНХНИЙГЭЭ ХҮНДЭЛДЭГ БАЙХ

D.Urantsetseg@must.edu.mn

ТУЛГУУР ОЙЛГОЛТ

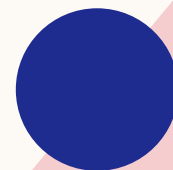
Эерэг уур амьсгал

Эелдэг найрсаг уур амьсгал

Зөв хандлага

Бухимдсан байдал

Гэр бүлийн салалт



АСУУЛТАД ХАРИУЛААРАЙ

Эцэг эхийн ач тус

Хүн бүхэн эхээс, ээжээсээ төрсөн. Ээжийгээ үргэлж сайнаар дурсан, жаргах, зовлонтой мөч бүрийдээ ээжийгээ санаж байх нь сэтгэлийн буян юм. “Эхийн ачийг үр хүүхэд нь өдөрт 7 удаа сана” хэмээх сургаал бий. Бид аливаа аюулаас айж цочихдоо “Ээж ээ!”, “Ижий минь” гэж дуудан уулга алдан аврал эрдэг. Энэ хорвоо дээр хүнд хамгийн ихээр ач тусаа өгдөг нь төрсөн эцэг эх байдаг билээ. Гэхдээ эцэг, эхчүүд үр хүүхдээсээ хэзээ ч ач тус үзүүлснийхээ төлөө шан харамж, нэхдэггүй, асар их буянтай ачтанууд юм. Эх хүний хайр агуу байдаг тул үр хүүхдийн төлөө зүтгэж, ямар ч гэм хор байсан уучлахад бэлэн байдаг.


Харин эцгийн хайр “Хал нь гаднаа, хайр нь дотроо” байдаг, тэд хатуу ширүүн ч, үр хүүхдээ гэсэн чин сэтгэлээр хүүхдийнхээ төлөө юу ч хийхэд бэлэн байдаг.

1. Ээжийнхээ ачийг ямар үед хамгийн их санадаг вэ?
2. Эцгийнхээ ач тусыг юутай зүйрлэж болох вэ?
3. Эхийнхээ ач тусыг юутай зүйрлэж болох вэ?
4. Эцэг эхдээ талархсанаа яаж илэрхийлдэг вэ?
5. Эцэг эхийнхээ ачийг яаж хариулна гэж боддог вэ?

Харилцан ярилцаад, дэвтэртээ бичээрэй

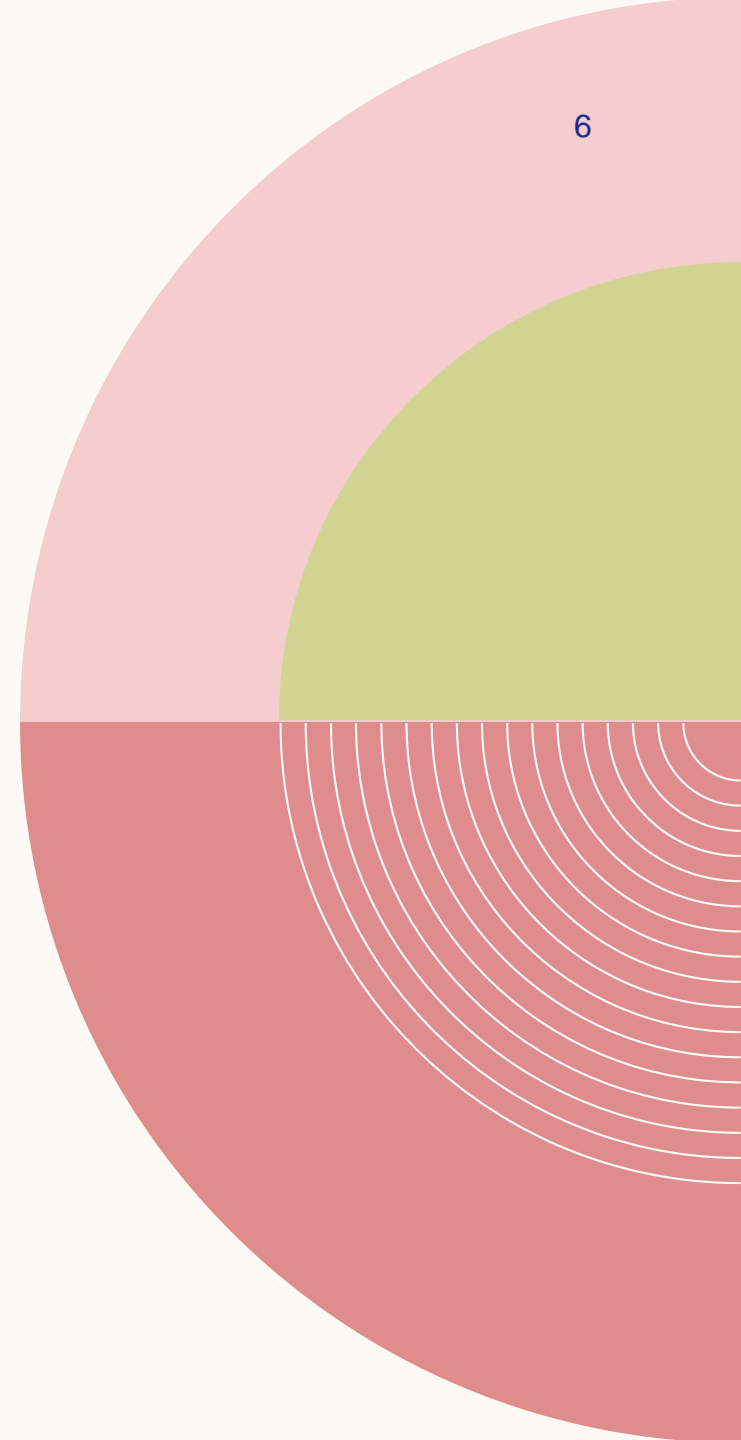
Гэр бүлийн гишүүд бусдынхаа ач тусыг үнэлж, хүндэтгэж сурснаар халуун дулаан уур амьсгалыг бүрдүүлж гэр доторх хамгийн зөв хандлага тогтоно. Ингэснээр тухайн өрх айлд хүүхэд өсөж торних хамгийн зөв орчин бүрэлдэн бий болдог юм.

Гэр бүлийнхний бие биеэ үгүйсгэсэн байдал нь ирээдүйд бусдыг үл хүндэтгэсэн, нэг үгээр хэлбэл муу иргэн болж төлөвшихөд хүргэдэг. Мөн хэн нэгийнхээ ач тусыг үл санах нь тухайн гэр бүлийн салалтын нэг шалтгаан болдог.



**ГЭР БҮЛИЙНХНИЙХЭЭ АЧ
ТУСЫГ САНАДАГ БАЙХ**

МИНИЙ ЭРХЭМЛЭХ ЗҮЙЛ



БУСДАД ТУСЛАХ 11 ХЭЛБЭР

- 1. Зовж буй тэднийг асар**
- 2. Өөртөө хэрхэн туслахаа мэдэхгүй төөрч будилсан тэднийг залуурд**
- 3. Тус хүргэсэн тэдний ачийг хариул**
- 4. Айдаст автсан тэдний сэтгэлийг зас, халамжил**
- 5. Гашуудаж, харамссан тэдний сэтгэлийг тайтгаруул**
- 6. Ядуу зүдүү тэдэнд эдийн өглөг өг**
- 7. Бидэнд шунасан тэдэнд сургаал, номыг таниул**
- 8. Бусдын хүссэний дагуу тусал**
- 9. Амьдралаа зөв авч яваа тэдэнд урам өг**
- 10. Амьдралаа буруу авч яваа тэдэнд эерэг зан байдлыг харуул**
- 11. Бүх төлөвлөгөө амжилтгүй болох үед зургаа дахь чадвараа ашигла**



ГЭР БҮЛИЙНХНИЙХЭЭ АЧИЙГ САНАХ

*Сэтгэлд зохистойгоор
хандах, энхрийлэн асрах,
нинжин сэтгэл гаргах
зэргээр өөртөө дадал
олгож байгаа зөв үйл
бүхэн хэн нэгний ач тусыг
хариулж байгаа хэрэг юм.*

ГЭР БҮЛИЙНХНИЙХЭЭ АЧИЙГ САНАХ ЭС САНАХ

*Бусдын ач тусыг мартвал
чамд итгэх итгэл алдарч,
улмаар чамайг буруугаар
ойлгож, үл хүндэтгэх
болно.*