

Kalinga at Pag-unawa

Mga Kuwento ng Positibong Pagdidisiplina



Save the Children





Kalinga at Pag-unawa

Mga Kuwento ng Positibong Pagdidisiplina



*Para sa lahat ng mga bata upang makamit ang maayos at mabuting mundo.
Para sa mga magulang na walang pagod na sumusuporta sa kanilang mga anak
at piniling gamitin ang positibong paraan ng pagdidisiplina.*

Ang karapatang-sipi ng aklat na ito ay nabibilang sa Save the Children Philippines, Australian Aid, ng may-akda, at ilustrador. Walang bahagi ng publikasyon na ito na maaaring kopyahin, ipadala, idownload, gawan ng kompilasyon, isailalim sa reverse engineer, o iimbak o ipakilala sa anumang imbakan ng impormasyon at sistemang retrieval sa anumang porma o paraan, maging elektroniko o mekanikal nang walang pahintulot mula sa Save the Children Philippines. Ang laman ng aklat na ito ay hindi maaaring ibenta, ipamahagi, o gamitin sa anumang paraan na may tubo para sa komersiyal na layunin nang walang nakasulat na pahintulot mula sa Save the Children Philippines.

Karapatang-ari 2020 © ng Save the Children Philippines

Reserbado ang lahat ng karapatan.
Walang bahagi ng aklat na ito ang maaaring kopyahin
sa anumang format ng walang pahintulot ng Save the Children Philippines.

Inilimbag ng Save the Children Philippines
4th Floor Sunnymede IT Center, 1614 Quezon Avenue, Diliman,
Quezon City, Philippines

Telephone number: (+632) 8682 - 7283 (8682-SAVE)
www.savethechildren.org.ph

Mensahe mula sa Pinuno ng Save the Children Philippines

Ang pagpapalaki sa bata ay nagdadala ng ligaya at katuparan sa mga magulang at tagapangalaga. Ang makita silang lumaking malusog, nakapag-aral, protektado mula sa sakit gayundin sa sakuna, at may kakayahang maabot ang kanilang mga pangarap—ay katuparan natin bilang mga magulang at tagapangalaga.

Gayunpaman, ang epekto ng pandemyang COVID-19 ay nagbunga ng pagtaas ng mga kaso ng karahasan laban sa mga bata sa buong mundo. Sa Pilipinas, maraming pamilyang mahihirap ang humaharap sa patong-patong na mga problema at hamon na dala ng mga restriksyon ng kwarantina ng komunidad.

Maraming pamilya ang nawalan ng pinagkukunan ng kabuhayan, na nagbunga ng hirap na magkaroon ng masusustansyang pagkain, pangangalagang pangkalusugan, at panlipunang proteksyon. Gayundin, hindi makapasok ang mga bata sa paaralan upang matuto at makapaglaro kasama ang mga guro at mga kaibigan. Maraming mahihirap na pamilya ang nalimitahan lamang sa masisikip na tahanan at hindi makalabas.

Ito, at ang patuloy na kawalang-kasigurduhan ng buhay, ang nagpapataas sa tensyon ng mga magulang at mga bata. Minsan, hindi makontrol nating mga magulang ang ating mga emosyon dahil sa pagod at pagkabalisa kung kaya nasasaktan natin ang mga anak.

Naniniwala ang Save the Children Philippines na sa pamamaraan ng positibong disiplina ay mapabuti ang ugnayan o relasyon ng mga magulang at tagapangalaga sa kanilang mga anak. Ang mga kuwento sa komiks na ito ay hango sa mga salaysay ng mga tunay na tao na tulad nating lahat ay nakararanas ng matinding hirap ngayong panahon ng pandemya. Natagpuan nila ang wastong paraan ng pagdidisiplina sa kanilang mga anak na may pangangalaga at pag-unawa.

Umaasa ang Save the Children na ang komiks na ito ay makapagbibigay ng inspirasyon sa atin upang tayo’y maging huwaran sa iba pang mga magulang at tagapangalaga sa pakikitungo natin sa mga bata, at gayundin, maging kasangkapan tayo na puputol sa siklo ng karahasan sa loob ng tahanan.

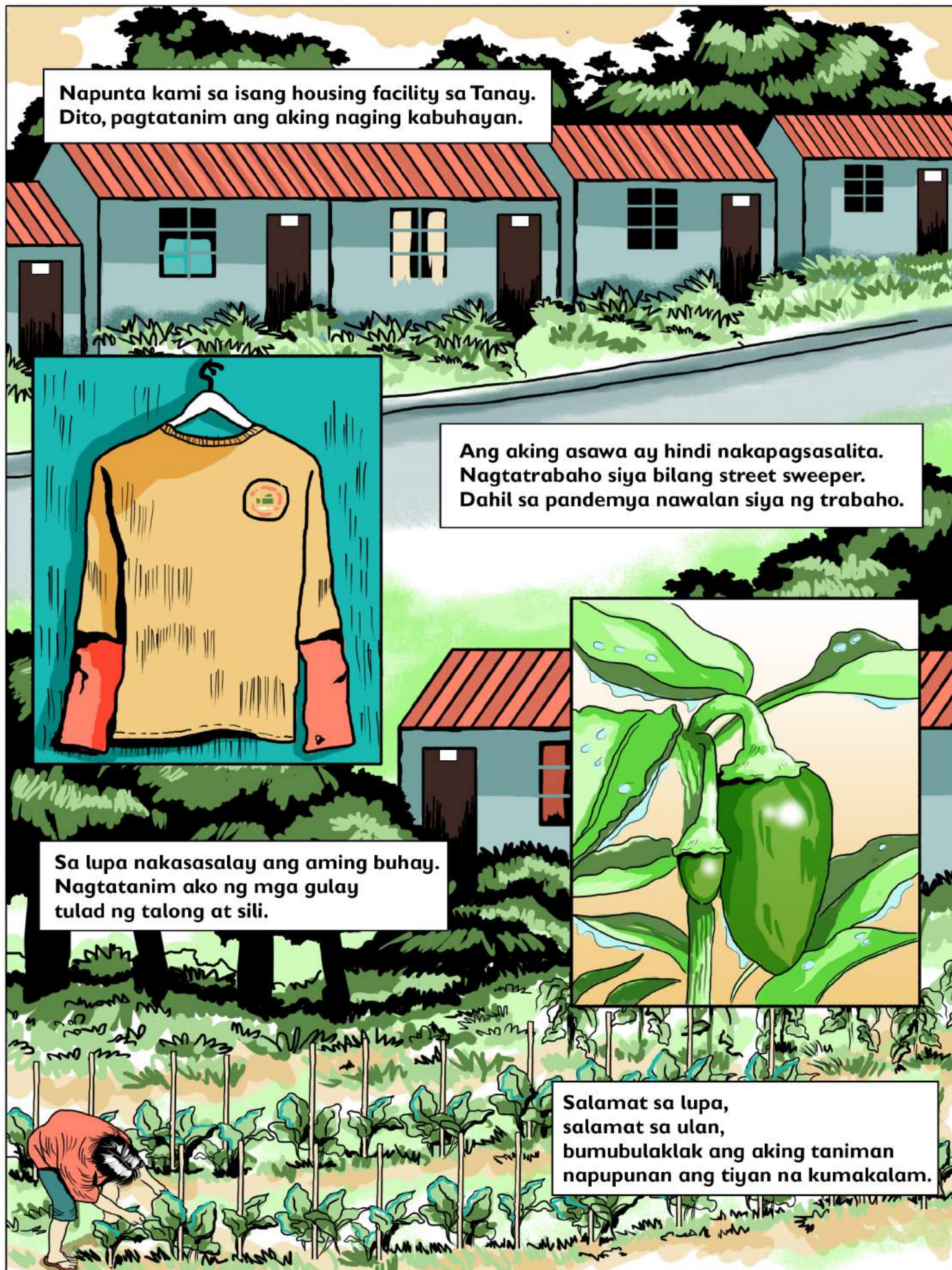
ATTY. ALBERTO T. MUYOT
CEO
Save the Children Philippines



SARANGGOLA

Dati kaming nakatira ng pamilya ko sa lungsod, sa tabing-ilog, ngunit nadamay sa demolisyon ang aming tirahan.





Para akong saranggola,
kung saan tangayin ng hangin, naroon ako.
Ngunit hindi nagpapatalo
sa anumang hamon ng buhay.

Maliliit pa ang mga bata,
ang aking asawa ay may kapansanan.
Tuloy ang buhay kahit mabilad
sa init at ulan.

At tulad ng ulan at lupa,
inaalagaan ko ang aking
mga anak at asawa.

Pinapaalalahan ko silang huwag
magdumi baka may makuhang sakit,
maghugas ng kamay bago at pagkatapos kumain.
At matulog nang maaga tuwing gabi.



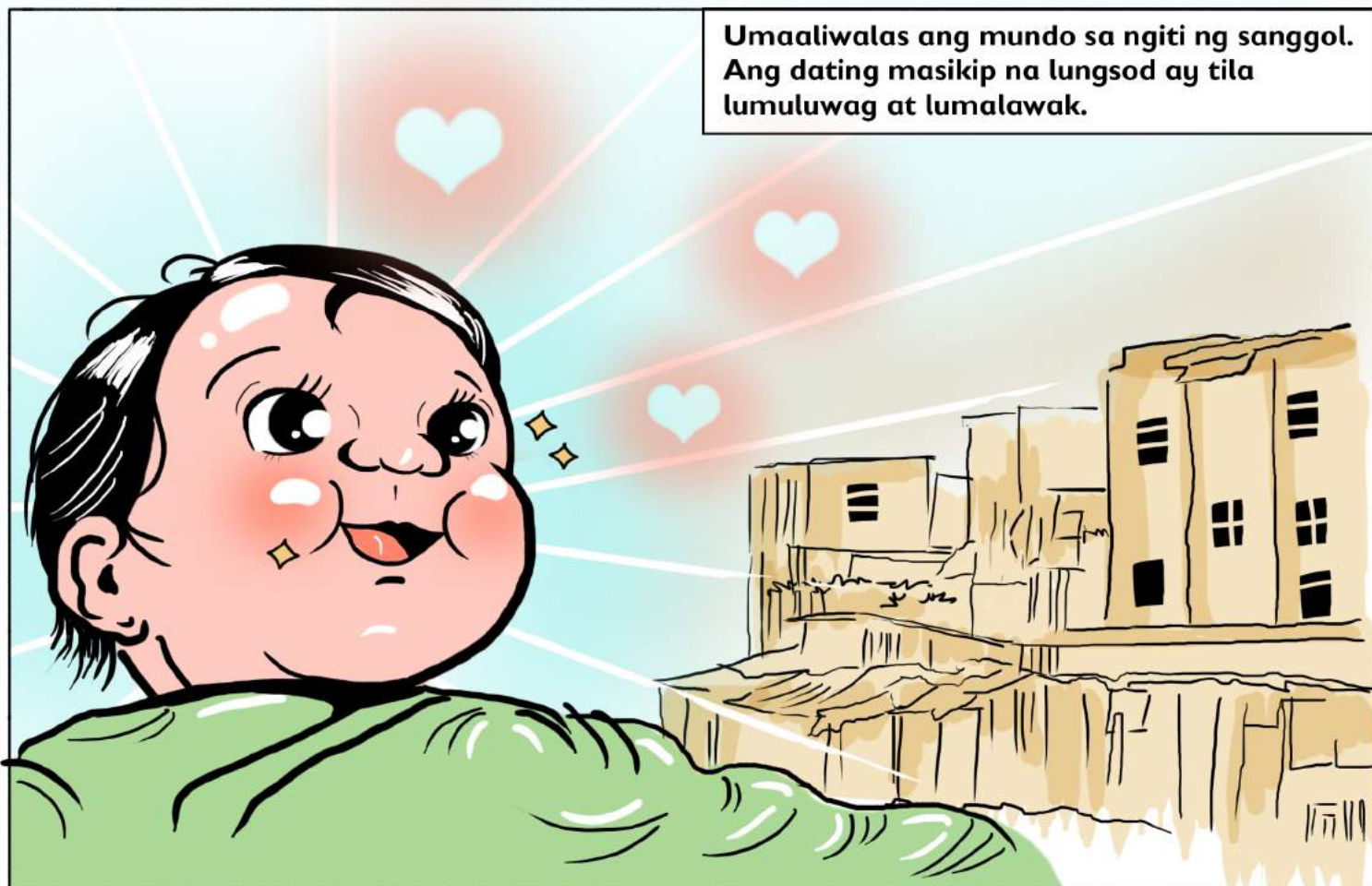
Sipag, tiyaga, at hirap—
ang aming buhay,
ngunit nagsusumikap
tungo sa magandang kinabukasan.

Tulad ng saranggola,
dinadala ng hangin kung saan-saan,
matayog ang lipad sa himpapawid ng pangarap.

*Halaw ang kuwento na ito sa isang tatay na
inaalagaan ang kaniyang mga anak. Gayundin,
ang kaniyang asawa na may kapansanan.

Ngayong panahon ng pandemya na dulot ng COVID-19, prayoridad na isalang-alang ang kaligtasan ng buong pamilya. Dapat ipaunawa sa mga bata ang sitwasyon at gayundin, ang mga kinakailangang gawin upang makaiwas sa sakit. Ngunit ang pangangalaga na ito ay hindi one-way, bagkus ito ay two-way. Ibig sabihin, upang maalagaan ang mga bata kailangan din ng mga magulang na alagaan ang kanilang mga sarili.

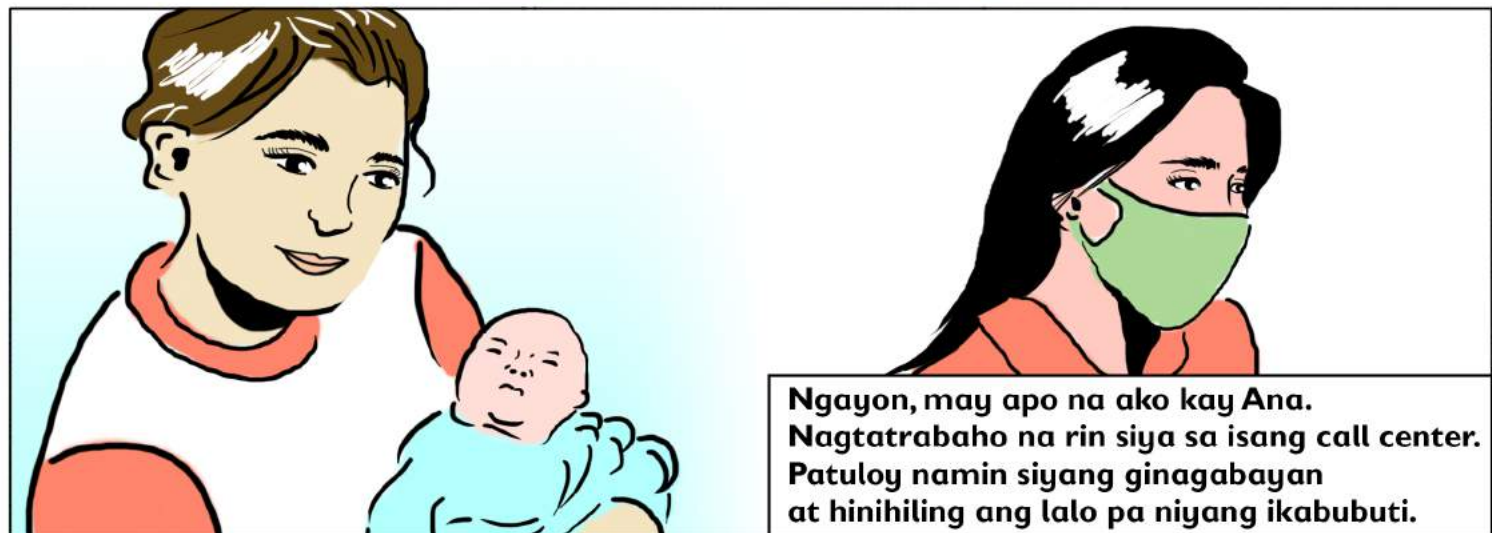
“DADDY”





Dahil din kay Ana lalong tumibay ang pagsasama namin ng aking partner. Magkapanabay naming nasaksihan ang kaniyang paglaki. Ang kaniyang unang hakbang, ang pagpasok sa eskwela, hanggang siya ay magdalaga--nananatili kaming malakas para sa kaniya.

Tuwing titingnan ko si Ana, naaalala ko ang una niyang ngiti sa akin. At napupuno ang dibdib ko ng saya.



Ngayon, may apo na ako kay Ana. Nagtatrabaho na rin siya sa isang call center. Patuloy namin siyang ginagabayan at hinihiling ang lalo pa niyang ikabubuti.

*Ang kuwento na ito ay nagmula sa isang tagapangalaga na bahagi ng LGBT (Lesbian, Gay, Bisexual, Transgender) community at kung paano niya binuo ang kanilang tahanan na mapagpatawad at mapagmahal.

Bukod sa pagbibigay ng mga pangunahing pangangailangan sa bata tulad ng pagkain, tirahan, kasuotan, at iba pa, mahalaga na maiparamdam sa kaniya na siya ay minamahal, inuunawa sa lahat ng pagkakataon, at higit sa lahat, pinahahalagahan ang kaniyang nararamdaman at naiisip.

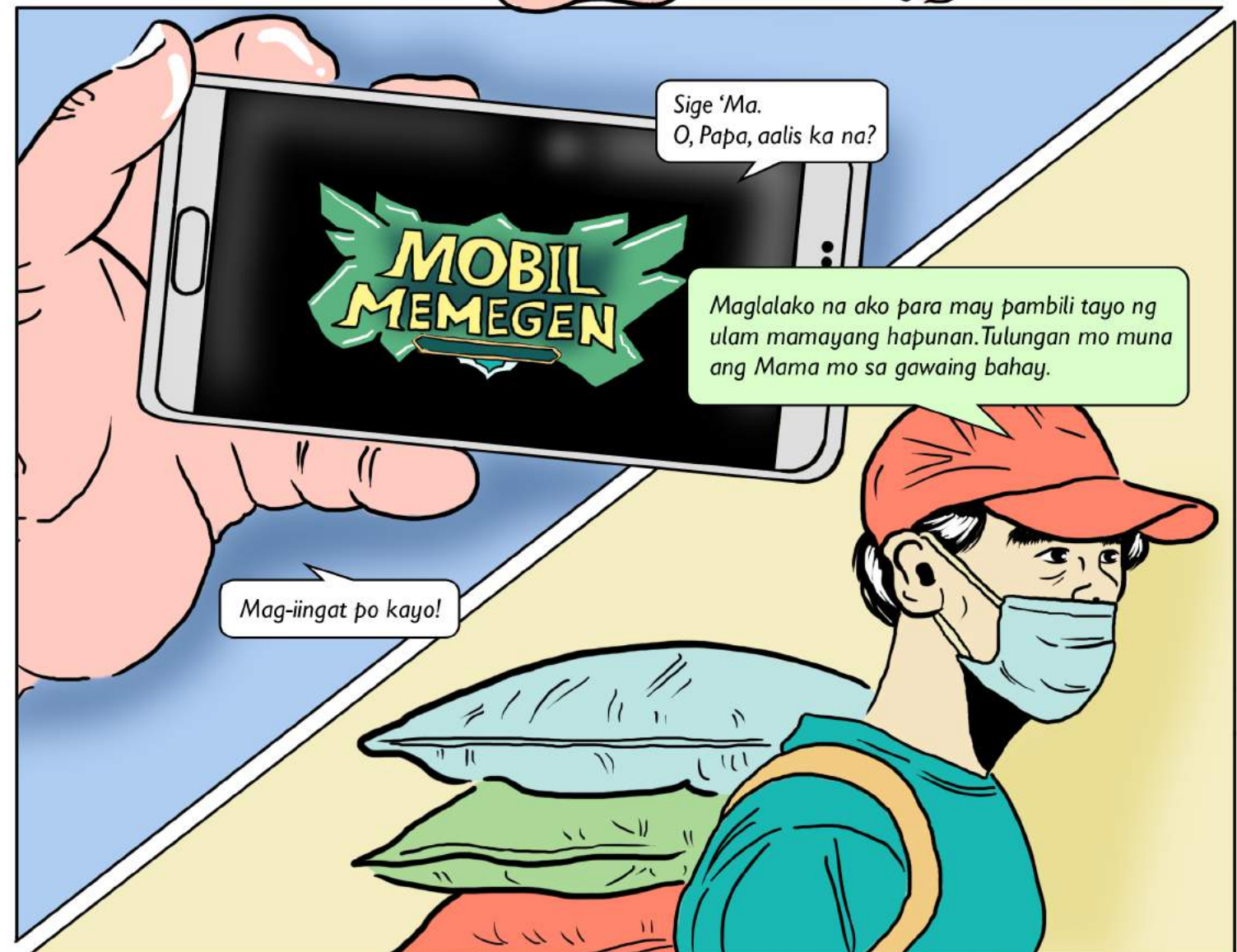
“IN GAME”



Jose! Tama na muna 'yang pagseselpon na 'yan.

'Ma! In game po ako.

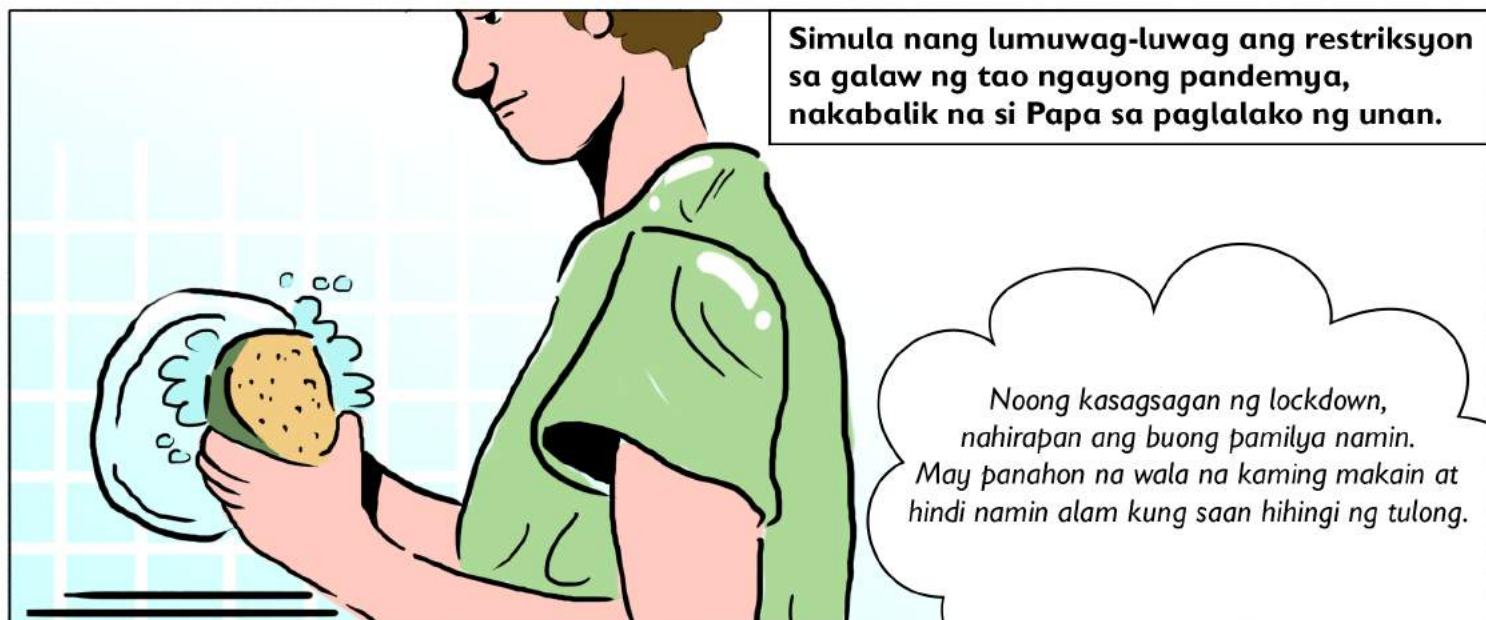
Tumulong ka muna sa gawaing bahay. Pagkatapos niyon saka ka bumalik sa paglalaro mo.



Sige 'Ma. O, Papa, aalis ka na?

Maglalako na ako para may pambili tayo ng ulam mamayang hapunan. Tulungan mo muna ang Mama mo sa gawaing bahay.

Mag-iingat po kayo!



Simula nang lumuwag-luwag ang restriksyon sa galaw ng tao ngayong pandemya, nakabalik na si Papa sa paglalako ng unan.

Noong kasagsagan ng lockdown, nahirapan ang buong pamilya namin. May panahon na wala na kaming makain at hindi namin alam kung saan hihingi ng tulong.



Buti na lamang nakatanggap kami ng emergency items mula sa Save the Children Philippines.



Kinakabahan ako tuwing nanunuod ng balita. Mabilis ang pagkalat ng virus.

Tuwing gabi, pinagdarasal kong mabigyan ang aking mga magulang ng malakas na pangangatawan.



Bago ang pandemya, balak sana ng pamilya naming umuwi ng Sorsogon. Limang taon na kaming hindi nakauwi roon.

'Ma, tapos ko na po ang pinapagawa ninyo.

Sige anak, pwede ka nang bumalik sa paglalaro mo.

Mga anak, halina na sa hapag, kakain na tayo. Nakauwi na ang Papa niyo.

Mas naging bukas ang komunikasyon ng aming pamilya ngayon. Mas nagkakaunawaan lalo na sa sitwasyon ng aming pamilya.



'Ma, may gagawin lamang po ako. Gagamitin ko muna ang laptop.

Ang Alamat ng Mahiwagang Ilog
"Noong unang panahon, may ilog na sobrang linis, maraming nakukuhang isda ang mga tao rito at pinaniniwalaan din na nakagagaling ang tubig mula rito sapagkat ito ay inaalagaan ng diwatang si Agua..."

*Ang kuwento na ito ay patungkol sa buhay ng isang binatilyo at sa kanilang pamilya na nagtutulungan lalo na sa panahon ng pandemya.

Ang bukas na komunikasyon (open communication) ay makatutulong sa pag-unawa ng mga magulang sa kanilang mga anak. May kakayahan ang mga bata na maunawaan ang sitwasyon ng pamilya. Mahalaga rin para sa pagkatuto ng mga bata ang pagkakaroon ng sariling oras at espasyo.

OPHELIA

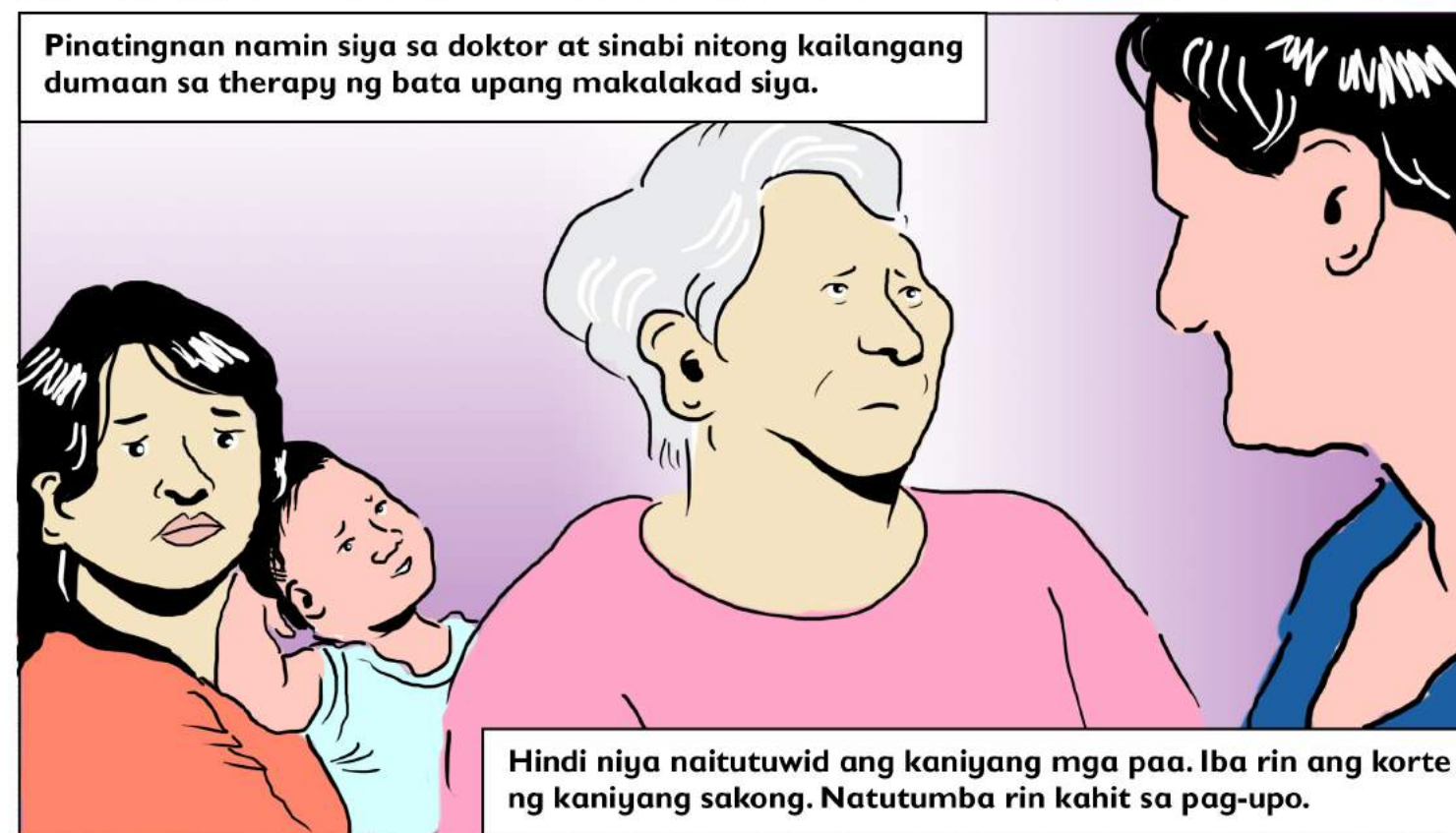
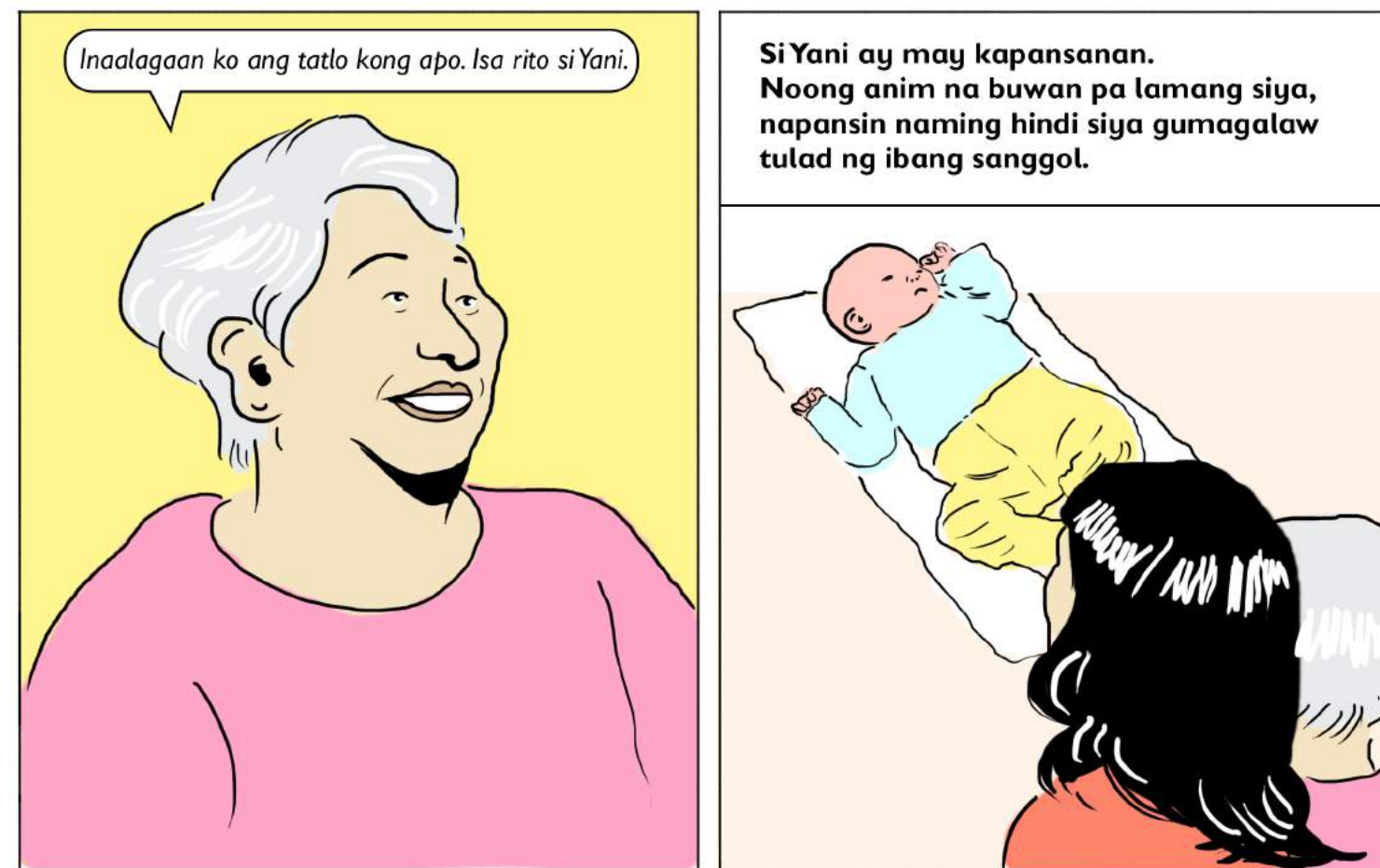




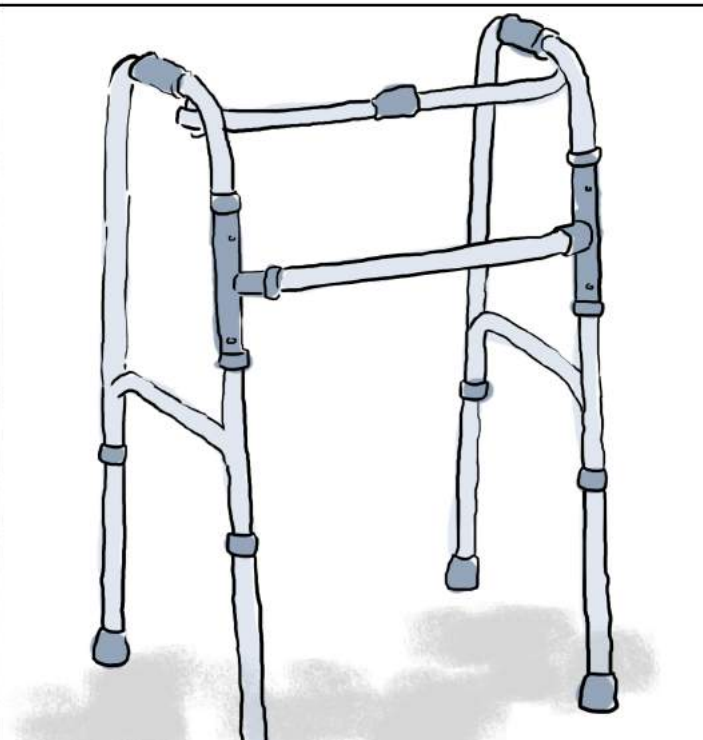
*Ang kuwento ay tumutukoy sa isang ina na gumagabay sa kaniyang mga anak katuwang ang kaniyang asawa. Tinuturuan niya ang mga bata sa mga wastong gawain sa panahon ng pandemya. Gayundin, ang pagsasanay ng Positive Discipline upang magkaroon ang mga ito ng isang mapagmahal at mapagkalingang tahanan.

Lahat tayo ay nagkakamali, bata man o matanda, kaya't ang pagwawasto sa mga ito ay hindi kinakailangang dumaan sa marahas na salita at pamamaraan dahil ito ay maaari pang makasama sa bata at sa kaniyang hinaharap. Sa mga pagkakataong hindi ito maiiwasan, kapag may hindi pagkakasundo o 'di pagkakaunawaan, kalmahin muna ang sarili bago kausapin ang bata para maiwasan ang anumang pagkilos o pananalita na maaaring makasakit sa damdamin ng bata at mismong sa magulang.

WALKER

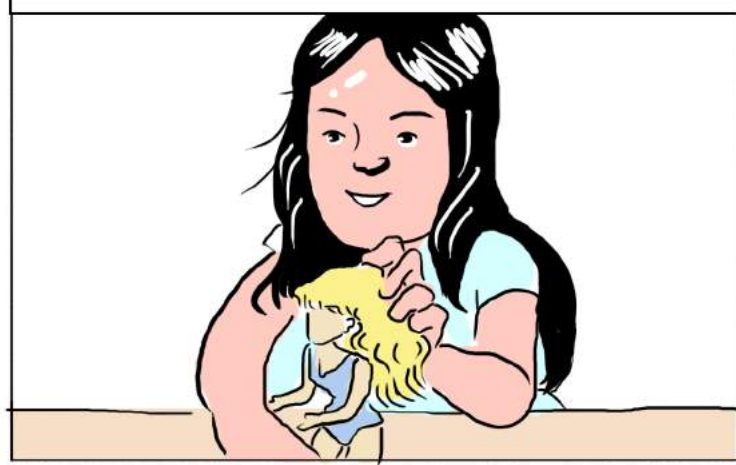


Marami ang nagbigay ng tulong sa amin. May nais na magbigay ng wheelchair ngunit ang sabi ko hindi namin ito kailangan. Ang gusto namin makalakad ang bata.

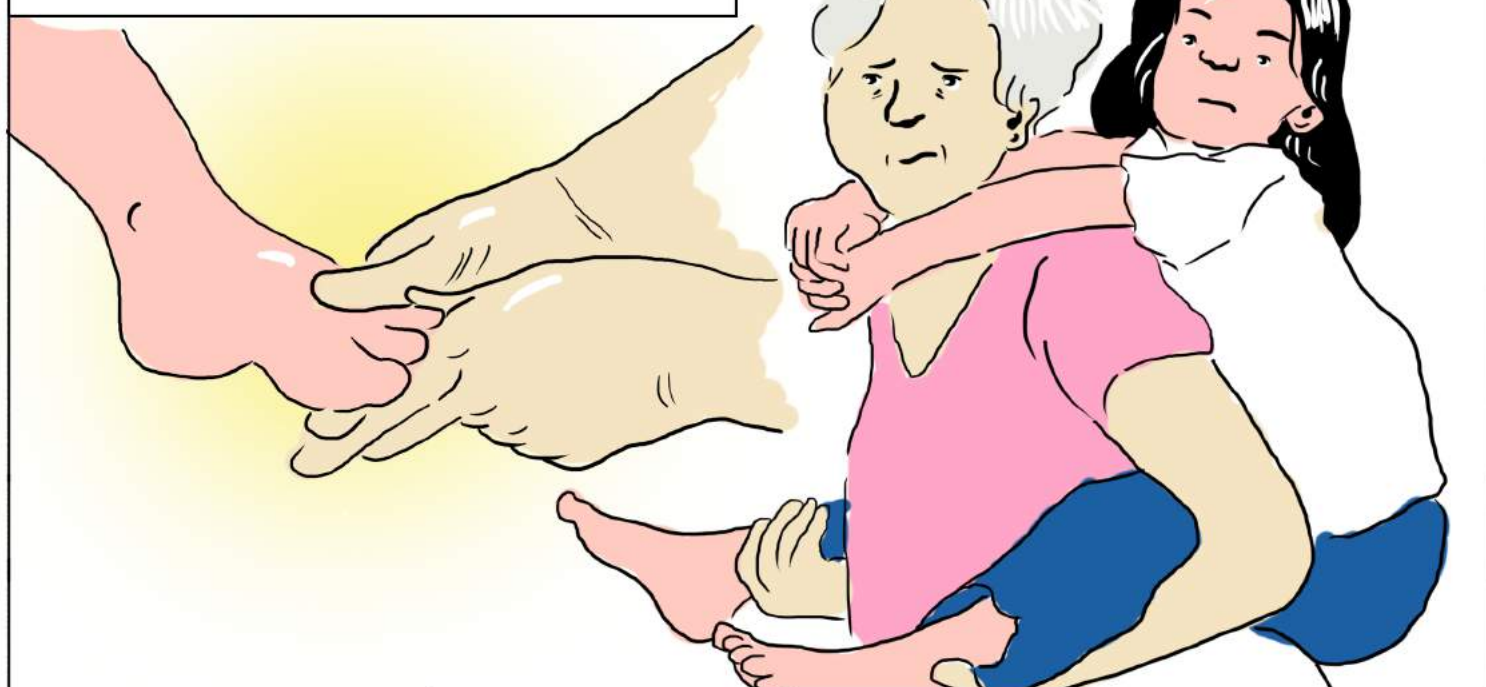


Walker ang gamit ni Yani sa paunti-unting pagsasanay na makalakad.

Mahilig siyang maglaro ng manyika. At masikap din sa pag-aaral.



Tuwing umaga, bago pumasok sa eskwela, hinihilot ko ang kaniyang mga paa.



Sakay ng kuliglig namin, hinahatid ko siya at kapag pauwi naman sa gate ay binubuhat ko na siya papasok ng bahay.

Ngayon, hindi ko na kailangang paliguan si Yani. Marunong na siyang paliguan ang kaniyang sarili.



Hinahanda ko na lamang ang kaniyang mga gagamitin habang nakaupo siya sa bangkito. At nakabantay din ako sa kaniyang paliligo.



Tuwing tanghali, siya ang naghuhugas ng pinagkainan.

Hindi habambuhay na makakarga kita. Kailangang pagsikapan mo na makalakad.



Huwag kang umiyak dahil hindi habambuhay nandito ako.

Tumutulong siya sa gawaing bahay. Hindi puwedeng laging nakaupo upang masanay ang kaniyang paa na gumagalaw.



Tinuturuan ko rin siyang magpunas ng mesa.

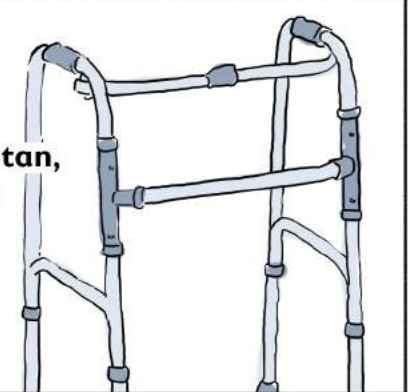
Lagi kong pinapaalalahanan ang aking apo na huwag maging pasaway. At huwag ding maistress sa panahon na ito.



Kapag hindi maiwasang mapagalitan, napapagsabihan ko sila, lalo pa at may sakit ako sa puso.

"Nanay, tubig po. Sorry po."

Habang buhay ako, tutulungan ko si Yani na makalakad. Hanggang dumating ang panahon na hindi na niya kakailanganin pa ang kaniyang walker.



*Ang kuwento na ito ay mula sa panayam sa isang lola at kaniyang apo. At kung paano niya ginagabayan ang isang batang may kapansanan.

Makatutulong sa bata na magkaroon ng iskedyul ng mga gawain sa bawat araw. Maaaring ito ay pagtulong sa gawaing bahay, pagbabasa, at pagkukuwentuhan nang magkakasama.



Pagkilala

Ang mga bata at kanilang magulang sa resettlement site at informal settlements sa Naic, Pasay, at Tanay. Sa pagbahagi ng kanilang mga kuwento upang maging inspirasyon ng komiks na ito.

Sa bumuo ng mga kuwento ng mga bata at kanilang mga magulang

Ms. Mikka Ann V. Cabangon, *Writer*

Ms. Gerimara Vinaya S. Manuel, *Illustrator*

Mula sa Save the Children Philippines paggabay sa pagbuo ng komiks

Ms. Wilma T. Bañaga, *Child Protection Adviser*

Ms. Jerly Mae M. Villanada, *Child Protection Manager*

Mr. LJ G. Passion, *Information and Communications Coordinator*

Mr. George Oliver G. De La Rama, *ACCM Director*

Ms. Estrella S. Torres, *Media and Communications Head*

Sa Project BURST at masigasig na mga team members na sina

Ms. Lourdes L. Pambid, *Project Manager*

Ms. Marie Kathleen Denise D. Arce, *Partnership Coordinator*

Ms. Laarni M. Magayanes, *Project Officer*

Ms. Reena Carmela S. Cardenas, *MEAL Officer*

Ms. Myka Sarandria T. Viernes, *Area Coordinator*

Mr. Kim Clarence D. Enriquez, *Area Coordinator*

Mr. Rodel D. Caccam, *Area Coordinator*

Australian Aid

SCI-Asia Regional Office

COVID-19 Global Central Fund



Kung ikaw ay nakararanas o nakakikita ng pang-aabuso, maaaring magreport sa Violence Against Women and Children (VAWC) ng inyong barangay. Maaari ring magreport sa mga sumusunod na ahensiya:

Bantay Bata 163

Landline/Smart - 163

Globe - #163

Philippine National Police Aling Pulis Hotline

Landline – 8532-6690

Smart – 0919 777 7377

Globe – 0966 725 5961

Department of Social Welfare and Development

Text Hotline – 0918 912 2813

Landline – 8931-8101 to 07

Department of Social Welfare and Development - National Capital Region Crisis Intervention Unit

Landline – 8735-5413; 8734-8639; 8734-8626 to 27

Commission on Human Rights

Landline – 8294-8704

TM – 0936 068 0982

Smart – 0920 506 1194

Email – chad.pasco.chr@gmail.com

Kung nakararanas ka o ang kapamilya ng pagkabalisa, maaaring tumawag sa:

National Center for Mental Health

Crisis Hotline – 8989-8727

Mobile – 0917 899 8727

*Inilathala ng Save the Children Philippines sa pamamagitan ng Project BURST,
sa tulong ng SCI - Asia Regional Office, COVID-19 Global Central Fund, at Australian Aid.*