What do you need to know about mental health of your children?

If you notice few of the following symptoms in your child; sleep disturbance, temper tantrums, aggression, anxiety, low mood, stress, low self-esteem, fear or poor grades in academics, you can improve these problems by attending a well-designed parent training for immigrant families.

It is said, "there is no health without mental health".

Mental health is very important for daily life functioning. If you want to solve your child's mental health related issues, we can train you with new skills to manage such issues.

We are offering a parent training for immigrant families in Marburg. We will train you how to manage your own stress and how to behave with your children. The training will equip you with healthy parenting styles.



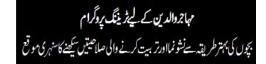
Our parent training will help you to improve your parenting styles and will teach you techniques to handle your child's issues through healthy parenting. This will improve parent child relationship. You can find these information and parent trainings in Urdu, English and German languages.



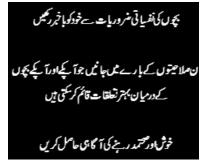












Dr. Rubina Kauser Philipps University Marburg

Kauser@students.uni-marburg.de Phone: 06421-28-23628



آب كاين يج ل كافسياتي محت كم تعلق من مدتك آ كادر بني مفرورت ب

ال بي من كَا تَيْ تَحْتِيلَ بِمَالَى إِلَى إِلَى إِلَى مِن مِن مِن مِن مِن مِن عَلَى علمات محسوس كرت إن جيسا كر

- سوتے ہوئے یا رہا را ٹھنا
 - بےجاضد کرنا
- غصه من جلدي آ جانا
- تشویش مایریشانی کاشکاررمها
 - ا فات رہنا
 - يىشى
 - احباس کمتری
 - فۇل
- يۇ ھائى مىں عدم دكچىيى
- امتحانات میں غیرتسلی بخش کارکردگی

الیم صورتعال میں فوری طور برآ کچو اسکاعل تلاش کرنے کی ضرورت ہے۔ بچوں کی فیسیا تی صحت ہے مسلک مسائل کو حل کرنے میں ہم آ کی مدد کرسکتے ہیں۔

ۋىنى مىحت بىر كىلغىر جىهمانى مىحت ممكن نېيىن بوتى

ماضي كتحقيق ني ريابت كيار كراكر والدين كالمخصوص طريقه سي بجون اورا كم تعلقات کے حالہ سے ٹرینک کی جائے تو بچوں کے بہت سے نفسیاتی مسائل کاحل کال سکتا ہے۔ اس لیے ہم آ پکوہارپرگ میں مہاجروالدین کے لیے تشکیل دیئے گئے ٹرینک پروگرام میں خوش آ مدید کہتے ہیں -بیٹر بینک پروگرام آ پکویجوں اور والدین کے درمیان محت مند تعلقات قائم کرنے کے حوالے ہے ممل آگاہی فراہم کرےگا۔ پرٹر بینک مختلف زبا نوں میں دی جاسکتی ہے جیسا کہ اردوانگش اور جرمن -

اس ٹرینک بروگرام میں ہم آپ کان طریقہ کارے آگاہ کریں گے اور آپکوان چیز وں میں مہارت دلائیں محے جن ہے آپ اپنے بچوں کو در پیش مختلف مسائل کا بہترطریقہ ہے حل ڈھوپڈ کیس عے-اس پروگرام میں ہم آ پکوآ کیا بی ذاتی تشویش اور پریثانیوں سے نمٹنے کاطریقہ بھی سکھا ئیں گےاورآ کیےاہیے بچوں ہے پہتر روابط بنانے میں مدوفرا ہم کریں گے-

نی کی تحقیق نے بیٹا بت کیاہے کہ اگر والدین کی مخصوص طریقہ ہے بچوں اورا کے تعلقات المحالة برنينك كي جائزة بجول كربهت في الله سائل كاحل فكل سكتا ب-اس ہم آ پکومار پرگ میں مہاجروالدین کے لیے تفکیل دیے مجیز بینک پروگرام میں فوش



آج كي تحقيق نے بيانا بت كياہے كه يوري دنيا ميں والدين اپنے بچوں كى تربيت جار مختلف طریقوں ہے کرتے ہیں -اس ٹریننگ پروگرام میں ہم آ پکوسب ہے بہترین طریقہ ہے آ گای دلائیں محتا کہ آپ زھرف اپی شخعی ممزور یوں ہے آگای حاصل کرسکیں بلکہ ا نکامناسب طریقه سے سدباب بھی کرسکیں اوراینے بچوں کی تربیت ختی ہے تابت شدہ مْبت طريقة كارے كرسكيں - جس كا آيكے بچوں كي شخصيت برمثبت الربوگا - اس ٹرينگ کے فاتمہ یرآ ہو ہ ماری مہارتیں حاصل کرسکیں محے جن ہے آ کیا ہے بچوں ہے مضبوط تعلقات قائم ہوسکیں ھے۔

اگرآپٹر بینک میں صبہ لینے کے خواہشند ہیں آو ہم آ پکو مگراوروقت کے ہارے میں آ گاہ کردیں ہے۔آب براہ کرم اینانام پتااور فون نمبردیے کیے ای میل ایڈری برروانہ کردیں -ہم خود آپ ہے رابط قائم کرلیں گے-









Training for the immigrant parents to help their child through positive parenting



Be informed Be skilled Be happy & healthy

Dr. Rubina Kauser **Philipps University Marburg**

Kauser@students.uni-marburg.de Phone: 06421-28-23628

