

صحبت کرد ۱۹ بدینگونه میتوان با کودکان در مورد کووید-

به کودکان گوش کنید و اطلاعات واقعی ارائه دهید. نگرانی خود را به کودک منتقل نکنید

روزنامه ها ، تلویزیون و اینترنت تصاویری از افراد بیمار نشان می دهند. بسیاری در مورد ویروس کرونا صحبت می کنند. اما دشواری درک آن برای کودکان می تواند باعث نگرانی اینان باشد. چندین سازمان برای حمایت از کودکان وجود دارند که دارای خط تلفن پشتیبانی هستند. کودکان می توانند از این طریق با کسانی که تجربه صحبت با کودکان دارند، تماس بگیرند. بسیاری از افراد با برپس (حقوق کودکان در جامعه) و یا سازمان نجات کودکان تماس می گیرند. متخصصان کودک که در آنجا مشغول به کار هستند همچنین بزرگسالان را راهنمایی می کنند که چگونه با فرزندان خود صحبت کنند.

کودک را نگران نکنید

ما بزرگسالان نباید نگرانی خودمان را به کودکان منتقل کنیم. کودکان باید بدانند که جهان هم خوب است هم بد ، بزرگسالانی هستند که می کوشند دنیای بهتری بسازند. بدین دلیل ، باید به سؤالیهای کودکان با صداقت پاسخ داد و نباید ترسید از اینکه اطلاعات بیشتری به کودکان داد.

به کودکان گوش دهید و از آنها سوال کنید

به سؤالیهای کودکان گوش دهید. گاهی آنها سوال نمی کنند ولی بازی هایشان صحبت از حوادث وحشتناکی می کند. اگر شما دیدید که کودک نگران است می توانید از او سوال کنید «آیا موضوعی هست که در موردش سوال داری؟» وقتی آنها راجع به بیماری و حتی مرگ کسانی میشوند، ممکن است نگران مردن اعضای خانواده شوند. با وجود دشواری ممکن با کودک صحبت کنید با آگاهی که آنها امکان این احساسات را دارند. بدون قول دادن چیزی به روشی متناسب با سنشان توضیح دهید و به آنها امید ببخشید و بگویید که "اکثر آنهايي که بیمار می شوند ، دوباره سالم می شوند".

اطلاعات واقعی در باره ویروس بدهید

اگر کودک حقایق را بشنود ، احساس می کند که به اوضاع کنترل دارد. مثلاً میتوان گفت که ویروس چگونه انتقال پیدا می کند و یا اینکه برای کودکان به اندازه افراد مسن خطرناک نیست. برای کودکان کمی بزرگتر می توانید بگویید که این روز ها این ویروس خبری بزرگ است زیرا این بر کل جامعه تأثیر می گذارد. نیازی نیست که جزئیات ترسناک را برای کودکان توضیح داد. کودکان سن دبستان گاهی سؤالات خیلی دقیقی می کنند. آنها ممکن است بخواهند بدانند که ویروس چیست. سپس شما باید سعی کنید آن را توضیح دهید. بعداً ممکن است بخواهند در این مورد اطلاع بیشتری پیدا کنند. سازمان نجات کودکان می گوید: " کودکان موارد ترسناک را بطور تدریجی درک می کنند. "

به کودکان امید بدهید

مهم است که کودکان بدانند که بزرگسالان مسئولیت را به عهده می گیرند. در مورد این واقعیت صحبت کنید که محققان در تلاشند واکسن تولید کنند و هرکسی که شدید بیمار شود ، در بیمارستان بستری می شود. و اگر کارها را تعطیل کرده اند به این دلیل است که می خواهند جلوی رشد این ویروس را بگیرند. به کودک کمک کنید تا به چیزی غیر از کرونا فکر کند ، ترجیحاً چیزی که معمولی است. اخبار تلویزیون و گاهی تلفن ها را هم کنار بگذارید و در مورد چیزهای دیگری صحبت کنید.