

Як говорити з дітьми про військову агресію?

Більше порад
Telegram - каналал
«Підтримай дитину»

5 кроків

Як підтримати дитину з порушеннями зору під час війни

- 1 Знайдіть дитину із навколишнім середовищем (надавайте описову характеристику, можливість хоча б мінімально обстежувати приміщення)
- 2 Спілкуйтеся із дитиною, надавайте їй можливість висловити переживання, ставтеся до них із повагою, водьте слова підтримки
- 3 Будьте прикладом емоційних проявів, транслюйте спокій та розсудливість, станьте надійною опорою як вербально, так і невербально
- 4 Задійте дитину до щоденних, підтримуючи життєдіяльність, цінних справ, грайтеся, читайте, досліджуйте, обговорюйте, плануйте тощо
- 5 Підтримуйте тактильний контакт із дитиною, обіймайте її, коли їй страшно, сумно тощо



Діти схильні до емоційного сприйняття інформації не менше, ніж дорослі. Пропонуємо основні правила спілкування з дітьми різного віку про військову агресію. Детальніше

⚡ Найголовніше правило – варто дитині завжди говорити правду, але без паніки та надмірних емоцій. Правильно підібравши слова ви можете психологічно підготувати дитину до звуків сирени, вибухів і т.д.. Головне – дорослі мають проявляти спокій в очах дитини, в наслідок чого дитина буде відчувати безпеку.

У разі, коли батьки починають панікувати та обговорювати між собою в присутності дітей власні страхи та переживання, діти починають також боятися та хвилюватись за власне життя та життя рідних.

Найкраще - коли про війну дітям пояснять батьки, але якщо ви не можете контролювати емоції, попросіть когось з близьких друзів чи родини поговорити з вашою дитиною.

😊 Для дошкільнят:

♦ Для маленьких дітей добре доводити інформацію через казки. Є достатньо багато казок, які стосуються теми безпеки, не лише питання війни. Навіть на прикладі найпростішої казки "Коза-дереза" можна пояснити дитині, наскільки небезпечно є пускати чужого у свою домівку.

♦ Історії можна моделювати самим батькам, придумувати алегорії та сюжети, які б зображали події навколо.

👤👤 Для дітей 6-10 років:

- ♦ Варто повторювати, що батьки до всього готові та захистять: якщо скажімо збирають «тривожну валізу» можна пояснити дитині, що все необхідне мають на будь-який випадок. Нагадати, що поряд є укриття, там можна сховатись і бути в безпеці.
- ♦ Якщо хтось з дорослих в родині на позиціях у війську, чи на місцях в теробороні, варто пояснити, що це їхня робота та обов'язок, так сама як робота та обов'язок дитини зараз продовжувати навчання.
- ♦ Запропонуйте дитині підтримати наших захисників та намалювати малюнок, скласти віршика, чи написати історію.



👤👤 Для старших дітей та підлітків:

- ♦ Старші діти вже мають доступ до інформації. Завдання батьків - фільтрувати новини, які вони черпають з інтернет-простору і правильно визначати, з яких джерел вони беруть відповідну інформацію, пояснити чому важливо читати лише офіційну і перевірену інформацію.
- ♦ Про війну треба говорити. Варто звертатись до історії й казати про те, що Україна у своїй історії вже пережила низку воен. Можна розповідати спогади