



Як виховати стійкість у воєнний час

10 порад батькам та вчителям

- 1 Говоріть з дитиною.
- 2 Створіть емоційно безпечний простір для дитини.
- 3 Обмежте кількість новин, які дитина дивиться.
- 4 Усвідомте, що стреси війни посилюють щоденні стреси.
- 5 Складіть для дитини порядок дня та дотримуйтесь його.

- 6 Подбайте про себе.
- 7 Повторюйте дітям, що з ними все буде добре.
- 8 Спостерігайте за ознаками страху та тривоги, які вони часто не можуть передати словами.
- 9 Звертайтеся за допомогою до дитини у дрібних задачах.
- 10 Описуйте дитині позитивні перспективи майбутнього.

