

صحبت با کودک درباره فجایع



تصاویر تکان‌دهنده حملات تروریستی و کشتارهای جمعی در سر خط اخبار قرار می‌گیرد و مشکل است جلوی دیدن و شنیدن این وقایع به‌وسیله کودک را گرفت.

تصاویر تکان‌دهنده حملات تروریستی و کشتارهای جمعی در سر خط اخبار قرار می‌گیرد و مشکل است جلوی دیدن و شنیدن این وقایع به‌وسیله کودک را گرفت.

انجمن متخصصان کودکان آمریکا می‌گوید والدین باید به کودکانشان درباره این تراژدی‌ها به شیوه‌ای توضیح دهند که آن‌ها این وقایع را درک کنند و با آن‌ها کنار بیایند.

به شیوه‌ای متناسب با سن کودکان برایشان توضیح دهید که شما از آنان محافظت و حمایت می‌کنید. از آنان بپرسید که قبلاً چه چیزهایی در این باره شنیده‌اند و بخواهید که اگر سؤالی دارند از شما بپرسند.

در همان زمان، باید از قرار گرفتن مستقیم کودکان در معرض تصاویر تکان‌دهنده و توصیفات فجایع که در تلویزیون یا رسانه‌های اجتماعی ظاهر می‌شوند، جلوگیری کنید.

برخی از کودکان ممکن است به آسانی با این فجایع کنار نیایند و دچار ترس از به خطر افتادن زندگی‌شان یا زندگی عزیزانشان شوند.

مراقب بروز این نشانه‌های هشداردهنده دچار مشکل شدن کودک در کنار آمدن با فجایع باشید:

- مشکل در به خواب رفتن یا در خواب ماندن یا دچار کابوس شدن.
- نشانه‌های جسمی مانند احساس خستگی، سردرد یا تغییرات اشتها.
- رفتار پرخاشگرانه یا اضطراب هنگام جدایی از والدین.
- در کودکان بزرگ‌تر و نوجوانان مصرف مواد غیرمجاز، دخانیات یا الکل.
- مشکلات عاطفی مانند افسردگی و اضطراب.