

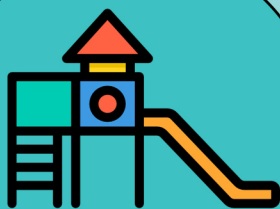


کودکان به استرس و فشارهای روانی واکنش‌های متفاوتی نشان می‌دهند مانند: چسبیدن بیشتر به والدین، اضطراب، بازگشت به بعضی از رفتارهای سنین پایین تر مثل شروع مجدد شب ادراری، خشم یا آشفتگی. توجه کنید که در این شرایط به واکنش‌های کودکان با همدلی و حمایت گرایانه پاسخ دهید، به نگرانی‌هایشان گوش دهید و محبت و توجه بیشتری به آنها ابراز کنید.



کودکان در زمان بحران نیاز به محبت و توجه بیشتری از جانب بزرگسالان دارند، وقت و توجه مورد نیاز را به آنها اختصاص دهید.

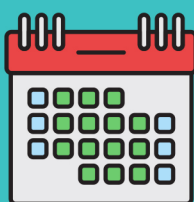
صحبت و کلامتان با کودکان محبت‌آمیز باشد و به صحبت‌های کودکان گوش بدهید. به آنان اطمینان خاطر بدهید، فرصت‌هایی برای در کنار هم بودن و بازی با آنها فراهم خواهید کرد.



سعی کنید کودکان را با والدین و خانواده‌ی‌شان نگه دارید و از جدا کردن کودکان از والدین و یا مراقبینشان تا حد امکان خودداری کنید. اگر جدایی اتفاق افتاد (مانند بستری شدن کودک یا والد) از تماس منظم (تلفنی) اطمینان حاصل کنید و به او اطمینان دهید که آنها هستند.



تا جایی که ممکن است برنامه‌های منظم روزانه را حفظ کنید، یا کمک کنید برنامه جدید در محیط جدید، مانند درس و مدرسه و همچنین بازی ایمن و استراحت اجرا شود.



در مورد اتفاقاتی که پیش آمده با ذکر مثال به کودکان توضیح دهید. البته توجه داشته باشید گفتن حقایق متناسب با سن کودک باشد. از گفتن تعداد مرگ و میر و مبتلایان خودداری کنید. بیشترین تمرکز صحبت خود را بر موضوع بیماری و اتفاقی که در حال وقوع است، بگذارید.

در مورد چگونگی کاهش خطر ابتلا به بیماری کرونا و راه‌های پیشگیری و مراقبت با آنها صحبت کنید. همچنین می‌توانید در مورد اینکه چه اتفاقاتی ممکن است در پیش رو باشد به آنها توضیحاتی بدهید. البته توجه داشته باشید که احساس امنیت خاطر کودک گرفته نشود. برای مثال: یک عضو از خانواده و/یا کودک ممکن است احساس ناخوشی کنند و ممکن است مجبور باشند برای مدتی به بیمارستان بروند، در این شرایط پزشکان و پرستاران به آنها کمک می‌کنند که احساس بهتری داشته باشند.

