

## Cách nói chuyện với trẻ em về covid-19

### Hãy lắng nghe con. Cung cấp thông tin xác thực. Tránh làm trẻ lo sợ.

Báo, ti-vi, và mạng internet thường đăng hình người bệnh. Xung quanh ai cũng bàn tán về vi-rút cô-rô-na. Nhưng toàn thông tin khó hiểu và trẻ em có thể sẽ lo sợ. Nhiều tổ chức trẻ em có cung cấp các đường dây nóng cho trẻ. Nhân viên tư vấn là những người đã quen nói chuyện với trẻ em. Nhiều bé gọi đến Bris (Tổ chức Quyền Trẻ em trong Xã hội) và Räd Barnen (Tổ chức Cứu trợ Trẻ em).

### Tránh làm trẻ lo sợ

Người lớn chúng ta không nên truyền nỗi lo lắng của bản thân cho trẻ. Trẻ em phải hiểu rằng trên thế giới có cả những điều tốt lẫn những điều xấu nhưng luôn có những người lớn đang mong muốn làm cho thế giới tốt đẹp hơn. Vì vậy khi trẻ hỏi thì chúng ta phải trung thực, nhưng không nên dọa trẻ hay cung cấp nhiều thông tin hơn so với những gì trẻ muốn biết.

### Lắng nghe trẻ và đặt các câu hỏi cho trẻ

Hãy lắng nghe các thắc mắc của con. Đôi khi trẻ không hỏi thẳng mà chỉ chơi trò tái hiện những sự kiện tệ hại. Nếu thấy trẻ lo ngại thì nên hỏi: "Con có gì muốn hỏi không?"

Khi trẻ nghe thấy người này ngày kia bị nhiễm bệnh và có thể chết thì có thể trẻ cũng tin là ai đó trong gia đình sẽ chết. Hãy cố

gắng nói chuyện với con, dù điều này có thể rất khó. Cần hiểu và chấp nhận cảm xúc của trẻ. Đừng hứa gì mà hãy tìm cách giải thích phù hợp với độ tuổi của trẻ. Và hãy luôn cho trẻ hy vọng. "Hầu hết những người ốm sẽ khỏe lại".

### Cung cấp thông tin xác thực về vi-rút

Nếu được tiếp cận thông tin xác thực, trẻ sẽ cảm thấy kiểm soát được tình hình. Có thể miêu tả cho trẻ cách thức lây lan của vi-rút và cho trẻ biết vi-rút không nguy hiểm đối với trẻ em như đối với người già. Với trẻ lớn hơn thì có thể giải thích vi-rút này là chủ đề bàn cãi lớn hàng ngày bởi nó ảnh hưởng đến toàn bộ xã hội. Không cần thiết phải miêu tả các chi tiết đáng sợ cho trẻ. Trẻ ở độ tuổi đi học thường hỏi rất thẳng thắn. Trẻ có thể muốn biết vi-rút là cái gì – thì chúng ta nên cố gắng giải thích rõ ràng. Sau đó trẻ có thể muốn biết những thông tin khác nữa. Theo Tổ chức Cứu trợ Trẻ em Räd Barnen thì "Trẻ tiếp nhận những thứ đáng sợ theo từng liều nhỏ".

### Cho trẻ hy vọng

Việc để trẻ biết người lớn nhận trách nhiệm và đang xử lý vấn đề là rất quan trọng. Hãy kể cho trẻ rằng các nhà nghiên cứu đang cố gắng chế tạo ra vắc-xin, người bệnh sẽ được chăm sóc ở bệnh viện, và việc đóng cửa các cơ quan làm việc là để tránh lây nhiễm. Hãy hướng trẻ tới các suy nghĩ khác ngoài Cô-rô-na, nhất là về những điều bình thường xung quanh. Thỉnh thoảng hãy tắt bản tin thời sự hay cắt điện thoại đi, và nói về những chuyện khác.



Tất cả các phường, quận thuộc tỉnh Kalmar, ủy ban quản lý tỉnh Kalmar và tất cả các cơ quan chính quyền trong tỉnh đều hợp tác chặt chẽ trong công tác đối phó khủng hoảng.

Kalmar kommun



facebook.com/krissamverkan.kalmar