

რჩევები მშობლებს დახმარების აღმოსაჩენად სკოლამდელი ასაკის ბავშვებისთვის, რომლებმაც გადაიტანეს უბედური შემთხვევა ან კატასტროფა.

რეაქცია

უსუსურობა ან პასიურობა: ბავშვებმა იციან, რომ არ შეუძლიათ თავისთავის დაცვა. უბედურების დროს ისინი უფრო უსუსურად გრძნობენ თავს და უნდათ, რომ იცოდნენ, რომ მშობლები დაიცავნენ მათ. მათ შეუძლიათ ეს გამოხატონ უჩვეულოდ წყნარი ან აღზნებული საქციელით.

როგორი რეაგირებაა საჭირო

- დააწყნარეთ ბავშვი, დაისვენოს, მიეცით საკვები, წყალი, მიეცით საშუალება ითამაშოს და ხატოს.
- გამონახეთ გზა გადართოს ხატვა ან თამაში ტრავმატული მოვლენიდან ისეთ რამეზე, რითიც ის უფრო წყნარად და დაცულად იგრძნობს თავს.
- დაარწმუნეთ ბავშვი, რომ თქვენ და სხვა უფროსები დაიცავთ მას

მაგალითები, რა გავაკეთოთ და რაზე ვისაუბროთ

- მეტად ჩაეხუტეთ ბავშვს, ხელი ჩაჰკიდეთ მას, უფრო ხშირად ჩაისვით კალთაში,
- დარწმუნდით, რომ არის სპეციალური ადგილი, სადაც ბავშვს შეუძლია ითამაშოს შესაბამისი ყურადღების ქვეშ.
- თამაშის დროს ოთხი წლის ბავშვი გამუდმებით ანგრევს კუბიკებს, გამოხატავს, როგორ ანგრევს მათ ძლიერი ქარი. ამის შემდეგ ეკითხებიან: „შეგიძლია დაიცვა კუბიკები ქარისგან?“, ბავშვი ჩქარა აშენებს კუბიკების ორპირა კედელს და ამბობს: „ახლა ქარი ჩვენამდე ვერ მოაღწევს“. მშობელს შეუძლია უპასუხოს: „კი ეს მყარი კედელია“, და აუხსნას „ჩვენ ვაკეთებთ ყველაფერს, რომ შენ დაგიცვათ“

რჩევები მშობლებს დახმარების აღმოსაჩენად სკოლამდელი ასაკის ბავშვებისთვის, რომლებმაც გადაიტანეს უბედური შემთხვევა ან კატასტროფა.

რეაქცია

საერთო შიშები: პატარა ბავშვებს შეიძლება დაეწყოს მარტო დარცენის შიში, სააბაზანოში მარტო შესვლის შიში, მარტო დაძინების შიში, და საერთოდ მშობლების გარეშე დარჩენის შიში. ბავშვებს უნდათ, რომ სჯეროდეთ, რომ მშობლები დაიცავენ მათ ნებისმიერ სიტუაციაში, და რომ სხვა უფროსები- მასწავლებლები და პოლიციელები უნდა დაეხმარნენ მათ.

როგორი რეაგირებაა საჭირო

- იყავით მაქსიმალურად წყნარი თქვენს ბავშვთან. ეცადეთ ბავშვის თანდასწრებით არ გააუღეროთ საკუთარი შიშები
- დაეხმარეთ ბავშვს აღადგინოს რწმენა იმაში, რომ თქვენ არ მიატოვებთ მას და შეგიძლიათ მისი დაცვა.
- შეახსენეთ ბავშვს, რომ არიან ადამიანები, რომლებიც ეხმარებიან ოჯახებს, და რომ საჭიროების შემთხვევაში თქვენი ოჯახი მიიღებს დამატებით დახმარებას.
- როდესაც გადიხართ, უთხარით ბავშვს, რომ დაბრუნდებით. დაასახელეთ რეალური დრო გასაგები სიტყვებით და დროულად დაბრუნდით.
- გამონახეთ ხერხები, რომლების მეშვეობითაც ბავშვი შესძლებს მოგიტოვროთ თავისი შიშების შესახებ.

მაგალითები, რა გავაკეთოთ და რაზე ვისაუბროთ

- ეცადეთ, რომ ბავშვმა არ გაიგონოს თქვენი შიშების შესახებ, როდესაც ტელეფონზე საუბრობთ ან სხვებს ესაუბრებით.
- უმეორეთ ბავშვს: „ჩვენ აღარ გვემუქრება ქარიშხალი და გარშემო ხალხი აკეთებს ყველაფერს, რომ ჩვენ აღარფერი დაგვემართოს“
- უთხარით: „თუ შეგეშინდება, მოდი ჩემთან და ხელი ჩამკიდე. და მე მივხვდები, რომ რაღაცის თქმა გინდა“

რჩევები მშობლებს დახმარების აღმოსაჩენად სკოლამდელი ასაკის ბავშვებისთვის, რომლებმაც გადაიტანეს უბედური შემთხვევა ან კატასტროფა.

რეაქცია

ეჭვი, რომ საფრთხეს არ ჩაუვლია: პატარა ბავშვებს შეუძლიათ შემთხვევით მოუსმინონ რამე ინფორმაციას, რაზეც საუბრობენ უფროსები ან სხვა ბავშვები, ან ნახონ სატელევიზიო კადრები, ან უბრალოდ წარმოიდგინონ, რომ მომხდარი უბედურება ხდება ისევ. მათ სჯერათ, რომ საფრთხე ახლოსაა, მიუხედავად იმისა, რომ ეს ხდება სადღაც შორს.

როგორი რეაგირებაა საჭირო

- მიეცით უბრალო განმარტებები და თუ საჭიროა, ხშირად იმეორეთ ისინი, ყოველდღიურადაც კი. დარწმუნდით, რომ ბავშვს ესმის ის სიტყვები, რომლებსაც იყენებთ.
- გაარკვიეთ, რა სიტყვები ან ახსნები გაიგონეს მათ, და განმარტეთ ეს ინფორმაცია.
- თუ საფრთხე თქვენგან შორსაა, მნიშვნელოვანია უთხრათ ბავშვს, რომ საფრთხე ახლოს კი არაა, თქვენი სახლისგან ძალიან შორსაა.

მაგალითები, რა გავაკეთოთ და რაზე ვისაუბროთ

- განაგრძეთ ბავშვისთვის ახსნა, რომ ქარიშხალი დამთავრდა და თქვენ შორს ხართ დატბორილი ტერიტორიისგან.
- დახატეთ ქემა და აჩვენეთ რუქაზე, რამდენად შორს ხართ უბედურების ადგილიდან, და რომ თქვენ უსაფრთხოდ ხართ. „ნახე, ქარიშხალი აი იქ არის, ჩვენ კი აქა ვართ, და აქ უსაფრთხოდ ვართ“

რჩევები მშობლებს დახმარების აღმოსაჩენად სკოლამდელი ასაკის ბავშვებისთვის, რომლებმაც გადაიტანეს უბედური შემთხვევა ან კატასტროფა.

რეაქცია

ეჭვი, რომ საფრთხეს არ ჩაუვლია: პატარა ბავშვებს შეუძლიათ შემთხვევით მოუსმინონ რამე ინფორმაციას, რაზეც საუბრობენ უფროსები ან სხვა ბავშვები, ან ნახონ სატელევიზიო კადრები, ან უბრალოდ წარმოიდგინონ, რომ მომხდარი უბედურება ხდება ისევ. მათ სჯერათ, რომ საფრთხე ახლოსაა, მიუხედავად იმისა, რომ ეს ხდება სადღაც შორს.

როგორი რეაგირებაა საჭირო

- მიეცით უბრალო განმარტებები და თუ საჭიროა, ხშირად იმეორეთ ისინი, ყოველდღიურადაც კი. დარწმუნდით, რომ ბავშვს ესმის ის სიტყვები, რომლებსაც იყენებთ.
- გაარკვეით, რა სიტყვები ან ახსნები გაიგონეს მათ, და განმარტეთ ეს ინფორმაცია.
- თუ საფრთხე თქვენგან შორსაა, მნიშვნელოვანია უთხრათ ბავშვს, რომ საფრთხე ახლოს კი არაა, თქვენი სახლისგან ძალიან შორსაა.

მაგალითები, რა გავაკეთოთ და რაზე ვისაუბროთ

- დახატეთ „სმაილიკები“, რომლებიც გამოხატავენ სხვადასხვა გრძნობებს ქაღალდის თეფშებზე. მოყევით ყველაზე სათითაო მოკლე ისტორია: „გახსოვს, როდესაც სახლში წყალი შემოვიდა, ჩვენ გვქონდა ასეთი სახის გამომეტყველებები?“
- უთხარით „ ბავშვებს სავსებით შეუძლიათ განცდები და მოწყენილად ყოფნა, როდესაც მათი სახლი დანგრეულია“
- მიეცით ბავშვს მასალები ნაკეთობებისთვის და თამაშებისთვის, რომლებშიც ისინი შესძლებენ გამოხატონ თავისი გრძნობები. შემდეგ, ემოციების გამომხატავი სიტყვების მეშვეობით შეამოწმეთ, რას გრძნობდნენ ისინი: „ ეს სიმართლეცაა და საშიში ნახატიც. შენ შეგეშინდა წყალი როდესაც დაინახე?“