



# كيفية التحدث مع طفل بشأن كوفيد 19

## اختر التوقيت المناسب.



لا تتحدث عن فيروس كورونا عندما تكون مذعوراً. إهدأ قبل التحدث مع الطفل.

## لا تتهرب من المحادثة.



يسمع طفلك الكثير عن فيروس كورونا ويشهد على قلقك، سواء في وسائل التواصل الاجتماعي أو المنزل أو عبر الإنترنت. لذلك، طمئن طفلك من خلال إطلاعه على كل المعلومات. أعطه الحقائق المناسبة لعمره لجعله يشعر بالأمان.

## إبق على يقظة دائمة.



انتبه إلى التلميحات التي تشير إلى أن شيئاً ما يدور في عقل طفلك ويود مناقشته معك.

## أجب على الأسئلة بأفضل طريقة ممكنة.



إلتزم بالحقائق. فالأطفال يحتاجون فقط لأن يعرفوا بأنك موجود من أجلهم إذا راودتهم أية أسئلة، وإذا لم تكن لديك الأجوبة، سوف تحصل على الحقائق من أجلهم.

## أعط إجابات قصيرة وبسيطة



طمئن طفلك بأنك حاضر دوماً للحفاظ على سلامته والاعتناء به في حال مرضه.

أطفئ التلفزيون وكل مصادر المعلومات الأخرى بهدف حماية طفلك وتخفيف الضغط النفسي والذعر.

## إبدأ ب"ما الذي تريد معرفته عن فيروس كورونا؟"



سيمنعك هذا السؤال من إعطاء الكثير من المعلومات، ويتيح لك تقييم المعلومات (الصحيحة أو الخاطئة) التي سمعها طفلك لغاية الآن. كما يسمح لك هذا السؤال بإعطاء الأجوبة الملائمة لعمر طفلك ونموه الشخصي.