

Как рассказать ребенку про теракт

Чек-лист для родителей

Если вам необходимо рассказать ребенку про теракт, придерживайтесь простых правил:

- 1. Подберите подходящее время и место.** Ребенок должен быть готов к разговору. Найдите место, где вас никто не будет отвлекать.
- 2. Подготовьте себя.** Успокойтесь сами, говорите ровно и уверенно. Учитывайте возраст ребенка.
- 3. Используйте понятные слова.** Аккуратно объясните, что произошла трагедия. Избегайте шокирующих подробностей.
- 4. Дайте возможность ребенку выразить эмоции.** Примите любую его реакцию.
- 5. Поддержите ребенка.** Обнимите, дайте понять, что поддерживаете его, что вы рядом. Предложите помолчать вместе.
- 6. Старайтесь не показывать ребенку кадры трагедии.**
- 7. Наблюдайте за реакцией ребенка.** Будьте готовы обсуждать ситуацию еще раз.

