

پیش از هر چیز، سن کودک را در نظر بگیرید. 

۷ تا ۱۲ سال: این گروه می‌توانند درک بهتری داشته باشند. از آن‌ها پرسید: «درباره جنگ چه شنیده‌ای؟» و با زبان ساده توضیح دهید: «جنگ یعنی ممکن است دشمنانی به کشور ما حمله کنند اما ما همیشه از وطنمان دفاع می‌کنیم و با اتحاد با هم می‌توانیم در امان باشیم.»

نوجوانان: معمولاً نوجوان‌ها اخبار را می‌بینند. به جای انکار، بگویید: «بله، شرایط سخت است، اما ما از یکدیگر محافظت می‌کنیم و نیروهای نظامی قدرتمندمان از کشور دفاع می‌کنند.»

کلاسی برای مامان و باباها

در شرایط جنگی چگونه با کودکانمان صحبت کنیم؟

«مامان، جنگ یعنی چی؟ ما هم می‌میریم؟»
مامان و باباهای عزیز! این روزها شاید بارها این جمله را از بچه‌ها شنیده باشید. باید بدانید که درگیر شدن کشورها در جنگ می‌تواند تأثیر زیادی روی کودکان بگذارد. حتی اگر درگیری، کیلومترها با شما فاصله داشته باشد، پخش مداوم اخبار و تصاویر از تلویزیون و شبکه‌های اجتماعی، نیاز عمیق کودک به احساس امنیت را تضعیف می‌کند. بنابراین جنگ تنها شهرها و خانه‌ها را ویران نمی‌کند بلکه آرامش ذهن و سلامت روان کودکان را هم نشانه می‌گیرد.
روان‌شناسان کودک می‌گویند: «سکوت درباره جنگ، بهترین راه نیست.» اما در این دوران چطور باید درباره جنگ با کودک صحبت کرد که سلامت روانش به خطر نیفتد؟

