آفت کے متعلق بچوں سے کس طرح بات کرنی چاہئیے

آفت کے بعد، بچوں کو بات کرنے اور دلاسے کے لئے، اور اپنے تجربات اور احساسات سمجھنے کے لئے اپنے گھر والے اور قریبی دوستوں کی ضرورت ہے۔

اس صورت میں ہم یہ مشورے پیش کرسکتے ہیں:

- اطمینان سے رہنے کی کوشش کریں۔ بچوں سے واقعے کے متعلق بات کرنے کا وقت نکالیں اور انہیں یہ احساس دلائیں کہ سوال پوچھنے اور لوگوں کو اپنی فکروں کے بارے میں بتانے میں کوئی حرج نہیں ہے۔
- صحیح اور قابل فہم معلومات ضروری ہے۔ بچوں سے ان کی آراء اور خیالات کے متعلق سوالات کرکے ان کی سمجھ بوجھ کی تصدیق کریں۔
- بچوں کو تحفظ کا احساس دلائیں اور ان کے ساتھ وقت گزاریں (گھر کے باہر کی سرگرمیاں، پڑھنا یا اس جیسی دوسری سرگرمیاں)۔ پیار اور محبت کا اظہار کریں۔
- بچوں کو مدد کی کوششوں کے مثبت پہلوؤں اور نشانے بننے والے افراد کی مدد کے لئے کئے جانے والے اقدام کے بارے میں بتائیں۔
- بڑوں کی گفتگو کی وجہ سے بچے غیرضروری طور پر ڈرسکتے ہیں، اس لئے اس بات پر دھیان دیں کہ بچوں کو کیا سننے کو مل رہا ہے۔ انٹرنیٹ، ٹی وی، ریڈیو اور اخبار کی خبروں تک رسائی کو محدود کریں (ٹی وی کی امیجیں خاص طور پر بچوں کی پریشانی میں اضافہ کرسکتے ہیں)۔

مدد کے لئے اپنے خاندانی ڈاکٹر، ہیلتھ نرس، خاندانی خدمت کے دفتر یا اپنے مقامی حادثے اور ہنگامی صورت حال کے ڈپارٹمنٹ سے ضرورت کے مطابق رابطہ کریں۔