

6 Chăm sóc con trong mùa dịch COVID-19

Cùng nhau nói chuyện về chủ đề COVID-19

Hãy cùng trao đổi với con và cho các con thêm kiến thức về chủ đề này. Sự im lặng và bí mật không giúp bạn bảo vệ con mình. Trung thực và cởi mở là điều nên làm. Cần tinh đến việc con bạn có thể hiểu được đến đâu. Bạn là người hiểu rõ nhất về con mình.

Hãy mở lòng lắng nghe con trẻ

Cho phép trẻ bày tỏ chính kiến của mình. Hỏi trẻ những câu hỏi mở và bạn sẽ thấy trẻ đã biết được bao nhiêu.

Hãy trung thực

Trả lời một cách trung thực những thắc mắc của con trẻ. Tùy thuộc vào độ tuổi và khả năng hiểu biết của con bạn để có cách trả lời phù hợp.

Hãy giúp đỡ trẻ

Con bạn có thể bị hoảng sợ hay bối rối khi nghe những thông tin về dịch bệnh. Hãy cho phép trẻ được bày tỏ cảm xúc của mình và để trẻ biết rằng cha mẹ vẫn luôn ở bên con.

Không sao nếu như bạn không biết câu trả lời

Không có gì là nghiêm trọng khi bạn nói rằng "Bố mẹ không biết, nhưng bố mẹ vẫn đang tìm hiểu về nó". Hãy nhân cơ hội này để cùng con hiểu biết thêm về những điều mới.

Hãy là người hùng, không là kẻ dọa dẫm

Có rất nhiều câu chuyện về những người hùng đang phòng chống dịch bệnh được chia sẻ.

Tuy nhiên, không phải câu chuyện nào cũng đều đúng sự thật. Hãy tìm kiếm chúng qua những trang tin chính thống từ Bộ y tế: <https://ncov.moh.gov.vn/>
WHO: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public>
và từ UNICEF: <https://www.unicef.org/coronavirus/covid-19>

Hãy giải thích cho trẻ rằng virus COVID-19 không có liên quan gì đến sắc tộc của một người hay nơi xuất thân của người đó và cũng không liên quan gì đến ngôn ngữ mà họ đang nói. Nói với trẻ rằng chúng ta cần phải có lòng trắc ẩn và biết đối xử tử tế với những người đang bị ốm và những người đang quan tâm đến chúng ta.

Tìm những câu chuyện về những người hùng đang ngày đêm chiến đấu chống lại sự bùng phát của dịch bệnh cũng như là hết mình chăm sóc cho những người đang bị ốm.

Kết thúc một ngày một cách vui vẻ

Hãy kiểm tra xem con bạn có cảm thấy ổn hay không. Gợi nhắc trẻ rằng bạn quan tâm, yêu thương con nên con có thể nói chuyện với cha mẹ bất cứ khi nào trẻ muốn. Rồi hãy vui vẻ cùng nhau bằng những hoạt động thú vị.

Bấm vào đây để xem thêm những gợi ý về cách nuôi dạy trẻ:

Parenting tips from WHO

Parenting tips from UNICEF

In worldwide languages

EVIDENCE-BASE



The mark "CDC" is owned by the US Dept of Health and Human Services and is used with permission. Use of this logo is not an endorsement by HHS or CDC of any particular product, service, or enterprise.