ЯК ГОВОРИТИ З ДІТЬМИ ПРО ВІЙНУ: ПОРАДИ ВІД ЕКСПЕРТІВ ЮНІСЕФ



Експерти **ЮНІСЕФ** створили довідник із порадами, як батьки можуть підтримати та втішити дітей, які через війну часто відчувають страх, смуток, гнів і тривогу.

Психологи наголошують, що дітям украй потрібне відчуття безпеки та захищеності, яке вони знаходять у своїх батьках, особливо під час кризових подій. Спеціалісти діляться порадами, як правильно провести розмову з дитиною:

* дізнатися, що вже знає та відчуває дитина;
* зберігати спокій під час розмови;
* плекати співчуття, а не упереджене ставлення;
* вчити дитину допомагати іншим, розповідати їй про приклади взаємопідтримки;
* завершити розмову з турботою, щоб дитина була у стані спокою;
* надалі регулярно дізнаватися, як дитина почувається;
* обмежити для дитини доступ негативних новин;
* дбати про себе, щоб почуватися спокійно і бути для дитини взірцем.

Завантажуйте повну версію посібника «Як говорити з дітьми про війну» за [посиланням](https://mon.gov.ua/storage/app/media/rizne/2022/06/18/Conflict.and.war.18.06.2022.pdf).

Нагадаємо, експерти УІРО та Юнісеф [розробили](https://mon.gov.ua/ua/news/eksperti-uiro-ta-yunisef-rozrobili-tihi-igri-sho-dopomozhut-vidnoviti-emocijnij-stan-ditej) «тихі» ігри, що допоможуть відновити емоційний стан дітей.