

재난에서 아이들의 마음 건강 지키기

재난은 어른들에게도 힘든 상황이며, 아이들에게는 견디기 힘든 사건입니다.
아이들은 불안에 압도당하고 부모 곁을 떠나지 않으려고 합니다.
청소년의 경우 이해할 수 없는 말이나 행동을 하기도 합니다.
아이들의 지나친 불안에 대처하기 위해 다음의 사항을 유의하세요.

- 아이들끼리 어울려 놀수있도록 해주세요.
- 재난뉴스를 계속 보는것을 삼가해주세요.
- 아이를 책망하지 마세요. 아이가 하는 말을 잘 들어주고 아이가 이해할 수 있는말로 설명해주세요.
- 부드럽게 아이의 옆에 함께 있어 주세요.
- 아이가 몸의 병이 없는데도 여기저기가 아프고 불편하다고 할 수 있습니다.
- 아이를 너무 흥분시키는 활동은 피하세요.

