

Εθνικό πένθος για το δυστύχημα στα Τέμπη:

πώς να μιλήσουμε στα παιδιά

Πώς να μιλήσουμε στα παιδιά για το σιδηροδρομικό δυστύχημα στα Τέμπη.

Η χώρα μας βρίσκεται από σήμερα σε τριήμερο εθνικό πένθος.

Εδώ και αρκετές ώρες μικροί και μεγάλοι γινόμαστε μέτοχοι, μέσα από τα μέσα μαζικής ενημέρωσης και το διαδίκτυο, εκτενών οδυνηρών περιγραφών και εικόνων καταστροφής από το σιδηροδρομικό δυστύχημα στα Τέμπη και τις δραματικές /ανείπωτες ιστορίες οικογενειών που τα αγαπημένα τους πρόσωπα έχασαν τη ζωή τους σε αυτό, τραυματίστηκαν ή αγνοούνται.

Τα μικρά παιδιά δεν έχουν τη ικανότητα να κατανοήσουν τέτοιες καταστάσεις όπως οι ενήλικες και είναι πολύ πιθανό να αισθάνονται φόβο και ανασφάλεια και να έχουν αρκετές απορίες.

Τι μπορούμε να κάνουμε λοιπόν ώστε να τους εξηγήσουμε τι συμβαίνει και να τα καθησυχάσουμε;

- Προσπαθούμε να ελέγξουμε και να περιορίσουμε όσο μπορούμε την έκθεση των παιδιών σε εικόνες που σχετίζονται με το δυστύχημα.
- Επιλέγουμε να συζητήσουμε μαζί τους γι' αυτό το θέμα μόνο αν μας το ζητήσουν τα ίδια ή αν παρατηρήσουμε ότι παρακολουθώντας σχετικές εικόνες και ρεπορτάζ στην τηλεόραση ή στο διαδίκτυο φαίνονται ταραγμένα.
- Προσαρμόζουμε το λόγο μας στην ηλικία του κάθε παιδιού. Αυτό σημαίνει ότι με διαφορετικό τρόπο θα μιλήσουμε σε έναν έφηβο, ο οποίος μπορεί να επεξεργαστεί τις πληροφορίες με κριτική σκέψη, και αλλιώς σε ένα παιδί προσχολικής ή σχολικής ηλικίας, στο οποίο πρέπει να εξηγήσουμε τι συμβαίνει όσο πιο απλά και κατανοητά μπορούμε.
- Τα παροτρύνουμε να εκφράσουν τις σκέψεις και τα συναισθήματά τους. Δεν γινόμαστε επικριτικοί, δεν ακυρώνουμε τα συναισθήματά τους και προσπαθούμε να τα καθησυχάσουμε.
- Απαντάμε με ειλικρίνεια στις ερωτήσεις τους. Είναι καλό να θυμόμαστε ότι δεν πειράζει αν δεν έχουμε απαντήσεις σε όλες τις απορίες των παιδιών- το να τους δώσουμε μια πλασματική απάντηση μπορεί να τα αγχώσει περισσότερο και να τα μπερδέψει.
- Δεν τους μεταφέρουμε τη δική μας αγωνία και τους κάνουμε σαφές ότι θα είμαστε διαθέσιμοι να συζητήσουμε γι' αυτό το θέμα οποιαδήποτε στιγμή το έχουν ανάγκη.