

# ПІДТРИМАЙТЕ ДИТИНУ ЕМОЦІЙНО

**ВАЖЛИВО  
ЯК НІКОЛИ**



## РОЗМОВЛЯЙТЕ

Пояснюйте дитині план дій у різних ситуаціях: куди і чому ви їдете, що робитимете. Питайте малюка про його почуття. Запропонуйте дитині намалювати свої емоції. Поділіться власними переживаннями.

## ВІДВОЛІКАЙТЕ

Якщо малюк не слухається, намагайтеся не дратуватися: так він виражає свої переживання. Менше говоріть про війну при дитині. Більше мрійте! Плануйте разом, що ви зробите, коли настане мир.

## ПІКЛУЙТЕСЯ ПРО СЕБЕ

Спокійні батьки — спокійні діти. Їжа, сон, спілкування потрібні й дорослим, тож не соромтеся просити про допомогу. Позбудьтеся почуття провини: ви зробили все, що могли.

## ОБІЙМАЙТЕ

Тілесний контакт дає відчуття захищеності малюкам. Частіше притискайте їх до себе, колисайте, використовуйте тактильні ігри.



**БАТЬКАМ  
ПРО БЕЗПЕКУ  
ПІД ЧАС ВІЙНИ**



**ЧИМ ЗАЙНЯТИ  
ДИТИНУ?**

