

จะพูดคุยกับลูก เกี่ยวกับไวรัส โคโรนาได้ อย่างไร?



United Nations
Educational, Scientific and
Cultural Organization



UNESCO Institute
for Information Technologies
in Education



Translated and disseminated by UNESCO Bangkok

จะพูดคุยกับลูกเกี่ยวกับไวรัสโคโรนาได้อย่างไร?

ขั้นที่ 1. เตรียมคำตอบสำหรับคำถามที่ลูกอาจถาม

- ประเมินล่วงหน้าว่าลูกควรรู้อะไรบ้างและมากแค่ไหน เพื่อลูกจะได้เข้าใจข้อเท็จจริงเบื้องต้น และสามารถระมัดระวังตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ
- ทำความเข้าใจข้อมูลกับตนเองก่อน ตรวจสอบข้อเท็จจริง และเขียนคำอธิบายที่เข้าใจง่ายออกมา
- ตรวจสอบข้อมูลทั้งหมดซ้ำกับแหล่งข่าวที่เป็นทางการและได้รับการรับรอง เช่น องค์การอนามัยโลก และกระทรวงสาธารณสุข เป็นต้น



United Nations
Educational, Scientific and
Cultural Organization



UNESCO Institute
for Information Technologies
in Education



Translated and disseminated by UNESCO Bangkok

จะพูดคุยกับลูกเกี่ยวกับไวรัสโคโรนาได้อย่างไร?

ขั้นที่ 2. รับฟัง

- ปล่อยให้ลูกได้เล่าก่อนว่าได้ยินอะไรมาจากเพื่อนหรือครู และมีอะไรที่ทำให้กลัวและกังวลบ้าง
- ตั้งสติ พูดด้วยน้ำเสียงเรียบ ๆ และให้กำลังใจ



United Nations
Educational, Scientific and
Cultural Organization



UNESCO Institute
for Information Technologies
in Education



Translated and disseminated by UNESCO Bangkok

จะพูดคุยกับลูกเกี่ยวกับไวรัสโคโรนาได้อย่างไร?

ขั้นที่ 3. ปรับข้อมูลให้เหมาะสม

- พยายามตอบคำถามของลูกให้ครบถ้วน โดยปรับคำตอบให้เหมาะกับอายุของลูก
- หลีกเลี่ยงการคาดเดา ทฤษฎีสมคบคิดและรายละเอียดที่ไม่จำเป็น เพราะจะทำให้ลูกกลัวหรือสับสน



United Nations
Educational, Scientific and
Cultural Organization



UNESCO Institute
for Information Technologies
in Education



Translated and disseminated by UNESCO Bangkok

จะพูดคุยกับลูกเกี่ยวกับไวรัสโคโรนาได้อย่างไร?

ขั้นที่ 4. ทำตัวเป็นตัวอย่างที่ดี

- ไม่หมกมุ่นกับเรื่องนี้มากจนเกินไป เพราะการพูดถึงข่าวไวรัสไม่หยุดไม่หย่อนจะสร้างบรรยากาศความวิตกกังวลภายในบ้าน
- ปฏิบัติตามกฎสุขอนามัยไปด้วยกัน โดยล้างมือให้สะอาดทุกครั้ง รักษาความสะอาดของข้าวของเครื่องใช้ และทำตามมาตรการป้องกันอื่น ๆ ที่จำเป็น



United Nations
Educational, Scientific and
Cultural Organization



UNESCO Institute
for Information Technologies
in Education



Translated and disseminated by UNESCO Bangkok