



બાળકો તણાવના સમયે વિવિધ રીતે પ્રતિક્રિયા આપી શકે છે જેમ કે (ઘરના લોકોને) વધુ વળગવું, બેચેન થવું, બધાથી દૂર થઈ જવું, ગુસ્સે થઈ જવું, વ્યાકુળ થઈ જવું, પલંગમાં પેશાબ થઈ જવો વગેરે.

તમારા બાળકની પ્રતિક્રિયાઓને સહાયક રીતે પ્રતિસાદ આપો, તેમની ચિંતાઓ સાંભળો અને તેમને વધારે પ્રેમ કરો અને વધુ ધ્યાન આપો.

બાળકોને મુશ્કેલ સમયમાં વચસ્કોના પ્રેમની જરૂર હોય છે. તેમને વધારે સમય અને ધ્યાન આપો.

તમારા બાળકોને સાંભળવાનું, માયાથી વર્તવાનું અને તેમને ખાતરી આપવાનું ભૂલશો નહીં.

જો શક્ય હોય તો, બાળકોને રમત રમવાની અને આરામ કરવાની તકો આપો.



બાળકોને તેમના માતાપિતા અને પરિવારની નજીક રાખવાનો પ્રયાસ કરો અને શક્ય હોય ત્યાં સુધી બાળકો અને તેમના સંભાળ આપનારાઓને અલગ પાડવાનું ટાળો. જો અલગ થાય (દા.ત. હોસ્પિટલમાં દાખલ થવાથી) તો નિયમિત સંપર્ક (દા.ત. ફોન દ્વારા) રાખો અને વારંવાર ખાતરી આપો.

શક્ય હોય તેટલી નિયમિત દિનચર્યા અને અનુસૂચિ જાળવો અથવા નવા વાતાવરણમાં નવી (દિનચર્યા) બનાવવા માટે મદદ કરો કે જેમાં શાળા/ભણતર તેમ જ સલામત રીતે રમવા અને આરામ કરવાનો સમય પણ શામેલ હોય.



જે બન્યું છે તેના વિશે તથ્યો પ્રદાન કરો, હવે શું ચાલી રહ્યું છે તે સમજાવો અને તેઓને તેમની વચના આધારે સમજી શકે તેવા શબ્દોમાં આ રોગનો ચેપ લાગવાનું જોખમ કેવી રીતે ઘટાડવું તે વિશે સ્પષ્ટ માહિતી આપો.

આમાં આગળ શું થઈ શકે છે તે વિશેની માહિતી પણ ખાતરીદાયક રીતે આપો (દા.ત. કુટુંબના સભ્ય અને / અથવા બાળકને અસ્વસ્થ લાગે અને તે થોડા સમય માટે હોસ્પિટલમાં જઈ શકે છે કે જેથી ડોક્ટરો તેમને તંદુરસ્ત થવા માટે મદદ કરી શકે).