



बच्चे तनाव की प्रतिक्रिया में अलग-अलग तरीकों से व्यवहार कर सकते हैं जैसे ज़्यादा जुड़ कर रहना, चिंतित रहना, अलग रहना, क्रोधित या उत्तेजित होना, बिस्तर गीला करना इत्यादि।

अपने बच्चे की प्रतिक्रियाओं का सहानुभूति से जवाब दें, उनकी चिंताओं को सुनें और उन्हें अधिक प्यार एवं ध्यान दें।

बच्चों को कठिन समय में बड़ों के प्यार और ध्यान की आवश्यकता होती है। उन्हें अतिरिक्त समय और ध्यान दें।

अपने बच्चों की बात ध्यान से सुनें, उनसे संवेदनापूर्ण बात करें और उन्हें आश्वासन दें।

यदि संभव हो, तो बच्चे के खेलने और आराम करने के लिए अवसर बनाएँ।



कोशिश करें कि बच्चों को उनके माता-पिता और परिवार के करीब रखें और जितना हो सके बच्चों और उनकी देखभाल करने वालों को अलग करने से बचें। यदि दोनों अलग होते हैं, (उदाहरण के लिए - अस्पताल में भर्ती होना) तो नियमित संपर्क (उदाहरण के लिए - फोन के माध्यम से) सुनिश्चित करें और आश्वासन देते रहें।

जितना संभव हो सके, नियमित दिनचर्या और कार्यक्रम रखें या नए वातावरण के अनुसार नई दिनचर्या बनाने में मदद करें, जिसमें स्कूल/पढ़ाई के साथ-साथ सुरक्षित रूप से खेलने और आराम करने के लिए समय भी शामिल हो।



जो कुछ हुआ है, उसके बारे में तथ्य बताएं, जो अभी चल रहा है उसके बारे में समझाएं और उन्हें इस बात की स्पष्ट जानकारी दें कि किस तरह से बीमारी से संक्रमण होने का अपना खतरा वे कम कर सकते हैं। बीमारी के बारे में उन शब्दों में बताया जाये कि अपनी उम्र के अनुसार वे समझ सकें।

इसमें आश्वस्त तरीके से बताया जाना भी शामिल है कि क्या हो सकता है (उदाहरण के लिए - परिवार के एक सदस्य और/या बच्चे को ठीक न महसूस हो और उन्हें कुछ समय के लिए अस्पताल भी जाना पड़ सकता है ताकि डॉक्टर उन्हें बेहतर महसूस करने में मदद कर सकें)।