

Hãy bàn về...

Làm gì khi người thân nằm viện

Trẻ em không phải lúc nào cũng có thể đến thăm người thân đang nằm viện. Việc tìm cách duy trì sự kết nối từ nhà là điều vô cùng quan trọng.

Dưới đây là một vài cách mà quý vị có thể áp dụng:

Cách giữ sự kết nối:

- **Sáng tạo:** Hãy cùng bé vẽ tranh, làm biển hiệu hoặc thiệp để trang trí phòng bệnh.
- **Thường xuyên trò chuyện (nếu có thể):** Gọi điện thoại hoặc video để hỏi thăm.
- **Giữ một món đồ kỷ niệm:** Để bé giữ lại một món đồ thuộc về người thân yêu của mình, chẳng hạn như một chiếc áo phông, một chiếc gối hoặc một bức ảnh.
- **Chia sẻ hình ảnh:** Gửi những bức ảnh về những gì đang diễn ra ở nhà, đồng thời chia cả hình ảnh bệnh viện để bé biết nơi đó trông như thế nào.
- **Ghi âm giọng nói:** Thu âm giọng nói của quý vị hoặc đọc một cuốn sách yêu thích. Quý vị cũng có thể mặc định giờ gọi điện mỗi ngày, ví dụ như là gọi trước khi ngủ.
- **Chơi đùa cùng nhau:** Hãy nhớ dành chút thời gian đặc biệt bên nhau để vui chơi ở ngoài trời cùng nhau.



Cách đối mặt với những thay đổi:

- Hãy duy trì các thói quen sinh hoạt tại nhà một cách bình thường và dễ đoán nhất có thể. Giữ thói quen sinh hoạt sẽ giúp trẻ cảm thấy an toàn.
- Hãy quan tâm đến cảm xúc của trẻ. Khuyến khích trẻ vui chơi và tìm kiếm các phương thức để bộc lộ cảm xúc. Đó có thể là thể thao, nghệ thuật, âm nhạc hoặc bất kỳ hoạt động yêu thích nào khác.
- Nhắc nhở trẻ rằng trẻ được yêu thương và nhớ đến, và rằng đây chỉ là một tình huống tạm thời (nếu điều đó đúng sự thật).

Để biết thêm thông tin hoặc kết nối với Chuyên gia Hỗ trợ Đời sống Trẻ em, vui lòng truy cập: <http://ucdavis.health/childlife>