

Hãy bàn về...

Cách hỗ trợ trẻ trong độ tuổi đi học khi nằm viện

Hãy thành thật với con về những gì đang diễn ra. Cố gắng duy trì lịch trình sinh hoạt hàng ngày như bình thường. Hãy mang theo những vật dụng từ nhà—chẳng hạn như món đồ chơi hay cái mền yêu thích—để giúp con cảm thấy thoải mái và có cảm giác làm chủ tình hình hơn.

Cách trẻ ở độ tuổi này tư duy:

- Trẻ tò mò và muốn học hỏi.
- Trẻ thích tự mình làm mọi việc.

Điều gì làm trẻ khó chịu:

- Xa gia đình và bạn bè.
- Cảm thấy mình không có tiếng nói trong những việc diễn ra.
- Đau đớn, kim tiêm hoặc bị thương.
- Lo lắng về việc bị bệnh trong thời gian dài.

Cách trẻ có thể phản ứng:

- Hành xử như một đứa trẻ (nhỏ hơn tuổi của bé).
- Không muốn tuân thủ các quy tắc.
- Giữ im lặng hoặc xa lánh người khác.
- Cảm thấy buồn bã, tức giận hoặc thất vọng.



Các cách hỗ trợ:

- **Hãy thành thật:** Giải thích các quy trình y tế bằng từ ngữ đơn giản.
- **Để trẻ lựa chọn:** Hãy để trẻ lựa chọn giữa hai phương án thực tế, để trẻ cảm thấy mình nắm quyền kiểm soát.
- **Sử dụng ngũ giác:** Hãy giải thích những gì trẻ sẽ nhìn thấy, nghe thấy hoặc ngửi thấy (v.v.) trong thời gian nằm viện.
- **Giải đáp mọi nhầm lẫn:** Hãy hỏi trẻ xem tại sao con nghĩ mình lại phải nằm viện. Trẻ em thường tự đổ lỗi cho bản thân, vì vậy hãy nhắc nhở con rằng đó không phải là lỗi của con.
- **Giữ kết nối:** Hãy giúp trẻ duy trì sự kết nối với gia đình và bạn bè đồng trang lứa. Hãy gọi video để trẻ có thể trò chuyện với bạn bè của mình.
- **Làm trẻ phân tâm:** Những thứ như âm nhạc, nghệ thuật, hít thở sâu, phim ảnh (v.v.) có thể giúp trẻ tạm quên đi những căng thẳng.

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>