

# Как рассказать ребенку про теракт

## Чек-лист для родителей

Если вам необходимо рассказать ребенку про теракт, придерживайтесь простых правил:

1. **Подберите подходящее время и место.** Ребенок должен быть готов к разговору. Найдите место, где вас никто не будет отвлекать.
2. **Подготовьте себя.** Успокойтесь сами, говорите ровно и уверенно. Учитывайте возраст ребенка.
3. **Используйте понятные слова.** Аккуратно объясните, что произошла трагедия. Избегайте шокирующих подробностей.
4. **Дайте возможность ребенку выразить эмоции.** Примите любую его реакцию.
5. **Поддержите ребенка.** Обнимите, дайте понять, что поддерживаете его, что вы рядом. Предложите помолчать вместе.
6. **Старайтесь не показывать ребенку кадры трагедии.**
7. **Наблюдайте за реакцией ребенка.** Будьте готовы обсуждать ситуацию еще раз.

