



هيئة أبوظبي
للطفولة المبكرة
Abu Dhabi Early
Childhood Authority

أمور على الوالدين تذكرها في هذه الفترة

3



1.

اجعل الشرح قصيراً وواضحاً،
من دون إخفاء الحقيقة أو إثارة للقلق.

يمكنك أن تقول:

«قد تكون هناك أصوات

قوية، لكن هناك

أشخاصاً كباراً يُسمّون

حُماة الوطن يحموننا.»

«نحن في أمان، والله

يحفظنا ويرعانا.»



2.

لا تتجاهل خوفهم

تجنّب عبارات مثل:

✗ «لا يوجد شيء»

✗ «أنت كبير، لا تخف»

بدلاً من ذلك:

✓ استمع بهدوء

✓ طمئنهم

✓ دعهم يعبرون عن مشاعرهم

3.

حافظ على الروتين وشجّع الأنشطة

مثل الرسم، وألعاب
الطاولة، ومشاهدة
برامج وثائقية مناسبة
لأعمارهم.

فالانشغال بأنشطة
مفيدة يخفف التوتر
ويعزّز شعورهم بالأمان.





هيئة أبوظبي
للطفولة المبكرة
Abu Dhabi Early
Childhood Authority

3

Things Every Parent Should Remember Right Now





1.

Keep explanations short and clear, without lying or instilling fear

You can say:

“There may be loud sounds, but we are in a safe place”





2.

Do not dismiss their fear

Avoid saying things like:

- ✗ “There is nothing”
- ✗ “You’re big, don’t be scared”

Instead,

- ✓ Listen calmly
- ✓ Reassure them
- ✓ Let them express themselves.

3.

Maintain routines and encourage activities

Like drawing, playing board games and watching age-appropriate documentaries.

Staying engaged keeps them busy, reduces stress, and helps them feel secure.

