

Kepada Ibu bapa / Waris

Anda boleh menggunakan buku cerita ini untuk memulakan perbualan dengan anak anda tentang serangan penganas dan pentingnya untuk kita bersiap sedia.

Isu-isu ini penting untuk anda bincangkan dengan anak anda. Berikanlah sokongan kepada anak anda untuk menangani emosinya agar dia tidak berasa takut untuk meneruskan kehidupan seperti biasa. Anda perlulah membuat persiapan dahulu sebelum berbual dengan anak anda.

Cara-cara mempersiapkan anak anda semasa krisis:

- Tanya pendapat dan perasaan anak anda tentang serangan penganas:
 - Berikan tumpuan pada laporan media yang positif (contohnya, wira yang telah tampil memberikan bantuan). Anda tidak perlu menunjukkan gambar-gambar berkaitan dengan kejadian penganasan yang mengerikan kepada anak anda atau menunjukkan ciri-ciri penyerang. Hal ini dapat mengelakkan pandangan yang berat sebelah. Adalah amat penting bagi anda untuk menerangkan bahawa kejadian-kejadian yang sedemikian jarang berlaku. Anda harus memantau atau menyekat pendedahan anak anda kepada bahan media sosial selepas berlakunya kejadian penganasan.
 - Berikanlah peluang kepada anak anda sekiranya dia ingin bertanya.



- Tanya anak anda tindakan yang akan diambilnya jika perkara yang serupa berlaku kepadanya:
 - Dengar, yakinkan dan tenangkanlah perasaan anak anda.
 - Akui dan fahamilah perasaan anak anda. Gunakan frasa seperti, "Kamu kelihatan bimbang" dan "perasaan seperti itu merupakan sesuatu yang biasa".
 - Yakinkanlah anak anda bahawa kehidupan seharian keluarga tidak terganggu. Tenangkan hati anak anda dengan memberitahunya bahawa terdapat juga orang-orang yang baik (contohnya, anggota polis, ahli bomba, doktor, jururawat, guru) yang bekerja keras untuk membantu dan melindungi kita.
- Bincang dengan anak anda tentang cara menjaga keselamatan diri sekiranya berlaku serangan pengganas.
 - Adalah penting bagi ibu bapa dan waris untuk mengetahui perkara-perkara yang patut dilakukan semasa serangan pengganas. Anda harus berlatih dengan anak anda berpandukan maklumat SGSecure, iaitu Lari, Sembunyi, Beritahu (ms 22-27).



- Sekiranya anak anda dijaga oleh orang dewasa, beritahunya agar mendapatkan bantuan daripada orang dewasa tersebut. Jika anak anda bersendirian, beritahunya agar dia mencari tempat yang selamat dan berada di tempat itu sehingga bantuan tiba.
- Anda harus berlatih dengan anak anda agar sentiasa bertenang dengan menggunakan teknik pernafasan (ms 43).
- Apabila keadaan sudah selamat, anak anda boleh menolong orang lain yang memerlukan bantuan.

- Galakkan anak anda agar memberitahu anda jika dia berasa takut atau bimbang. Galakkan anak anda agar bersikap ihsan dan prihatin terhadap orang lain.
- Kongsi tanda-tanda trauma dan tekanan dengan menggunakan maklumat di ms 42-43.

- Maklumkan kepada anak anda bahawa perbuatan mendapatkan bantuan merupakan sifat yang berani. Berikan maklumat perhubungan orang dewasa yang boleh dipercayai kepada anak anda.
- Galakkan anak anda untuk membantu rakan-rakan yang mungkin sedang mengalami kesusahan dan kelihatan tertekan dengan membawa mereka kepada orang dewasa yang dipercayai di sekolah atau di rumah.