

6 RODZICIELSTWO W CZASACH KORONAWIRUSA

Rozmowy o koronawirusie

Bądź gotowy na takie rozmowy. Do dzieci dotarły już informacje o COVID-19. Milczenie i tajemnice nie ochronią naszych dzieci. Uczciwość i prawdopodobność tak. Zastanów się, ile z tego mogą zrozumieć. To ty znasz je najlepiej!

Bądź otwarty i słuchaj

Pozwól dziecku mówić bez przeszkód. Zadawaj otwarte pytania i sprawdź, ile już wie.

Mów prawdę

Zawsze odpowiadaj na pytania zgodnie z prawdą. Weź pod uwagę wiek dziecka i to, ile jest w stanie zrozumieć.

Wspieraj

Twoje dziecko może bać się lub czuć się zagubione. Pozwól mu mówić o tym, jak się czuje i zapewnij, że jesteś przy nim.

Nie musisz znać wszystkich

Nie ma nic złego w tym, że powiesz: „Tego nie wiadomo, ale pracujemy nad tym”, albo „Nie wiem, ale myślę, że...”.

Wykorzystaj tę sytuację, żeby dowiedzieć się czegoś nowego wspólnie z dzieckiem!



Bohaterowie zamiast dręczycieli

Wyjaśnij dziecku, że COVID-19 nie ma nic wspólnego z tym, jak ktoś wygląda, czy jakim językiem mówi. Powiedz, że możemy być empatyczni w stosunku do chorych i tych, którzy się nimi opiekują.

Wyszukuj historie o ludziach, którzy pracują, by zatrzymać epidemię i tych, którzy opiekują się chorymi.

Jest wiele dobrych historii

Ale niektóre mogą nie być prawdziwe! Korzystaj ze sprawdzonych

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public>

źródeł WHO i UNICEFu

<https://www.unicef.org/coronavirus/covid-19>

Zakończ rozmowę pozytywnie

Upewnij się, że twoje dziecko ma się dobrze. Przypomnij mu, że troszczysz się o nie i że może zawsze z tobą porozmawiać. A później zróbcie razem coś fajnego!

Kliknij tutaj po więcej porad!

[Parenting tips from WHO](#)

[Parenting tips from UNICEF](#)

[In worldwide languages](#)

[Dowody naukowe](#)



The mark "CDC" is owned by the US Dept of Health and Human Services and is used with permission. Use of this logo is not an endorsement by HHS or CDC of any particular product, service, or enterprise.