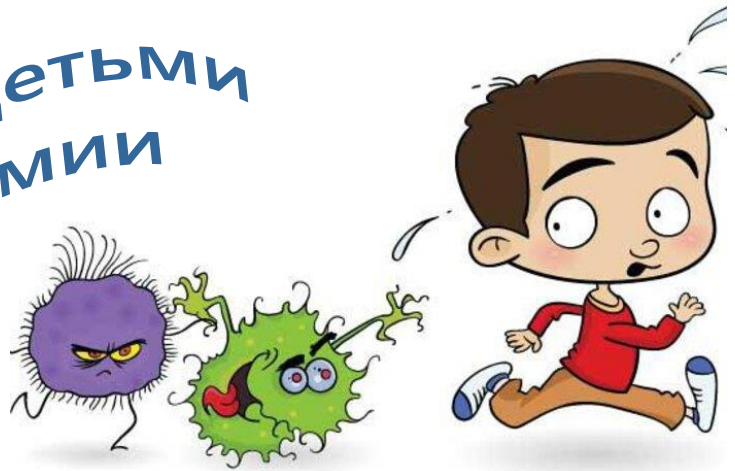


Как говорить с детьми об эпидемии



❖ Откажитесь от монолога

Выбирайте диалогические формы беседы с детьми. Попросите их сказать или нарисовать, что они знают о вирусах. Выслушайте детей.

❖ Объясняйте просто и кратко

Коротко расскажите о коронавирусе, при этом добавляйте запоминающиеся для детей факты: где он появился, как связан с летучими мышами, как передается, почему нужен карантин. Говорите не больше пяти минут.

❖ Назовите симптомы болезни

Спросите, что, по мнению детей, надо сделать, если что-то заболело. Попросите детей обязательно говорить взрослым, когда у них что-то болит.

❖ Дайте детям опору

Когда вы рассказали детям о рисках – расскажите и о защите. Дети не могут постоянно держать в голове информацию об опасности, они либо начинают ее игнорировать, либо уходят в неадекватное поведение. Поэтому обязательно объясните им, что помогает избежать вируса, а что – бороться с ним. Это станет для детей основой для самостоятельной профилактики вируса.

❖ Используйте наглядность

Нарисуйте с детьми правила защиты или поручите им изготовить собственные памятки и развесить их дома. Оформите зону умывальников так, чтобы она привлекала внимание: яркие полотенца, мыло, рисунки. Оформите памятки так, чтобы они нравились детям. Например, сделайте рамки для них из игрушек, бахромы и мишуры или развесьте памятки на длинных разноцветных нитках, прикрепите к потолку.

❖ **Объясняйте**

Расскажите ребенку, что повышенное внимание к вирусу вызвано в первую очередь его новизной и тем, что он появился в разных странах, а не тем, что он очень опасен и все им обязательно заразятся. Скажите ребенку, что вы можете сделать вместе с ним прямо сейчас, чтобы защитить его от вируса. Позовите его вместе вымыть руки, протрите стол дезинфицирующим средством, напомните о том, как важен дневной сон и правильное питание. Говорите спокойно, понимающе, не насмешничайте. Не говорите о неправильных действиях ребенка, например: «Ты вот руки не хотел мыть», скажите о правильных – «Вон как ты руки хорошо намылил, точно все вирусы убегут».

❖ **Играйте**

Предложите детям игру, в которой они смогут смоделировать и проиграть свой страх. Например: «Постройте-ка мне из лего базу для спасения вот этих человечков от вирусов», «Давайте будем врачами, осмотрим и полечим игрушки», «Создайте для меня целебные эликсиры из веточек и чего-то, что найдете на улице».

❖ **Информируйте**

Повторяйте детям информацию о профилактике вирусных инфекций в положительном ключе: «Тщательно моем ручки, обязательно моем их, не трогаем рот и глазки, кушаем хорошо, спим днем, держимся на во-о-от таком расстоянии от людей, которые чихают и кашляют. Покажите мне ваши намыленные ручки. Ни один вирус не выживет!».

❖ **Не пугайте, не ругайте, не сравнивайте**

Воздержитесь от того, чтобы делиться с ребенком негативными эмоциями по поводу его нечистоплотности или игнорирования общих требований. Не противопоставляйте ребенка другим. Не говорите: «Сказано же, руки в рот не совать!», «Ты заболеть хочешь?», «Все помыли руки, а ты нет», «Все поняли, что надо... один ты...». Негатив только ухудшит ситуацию.

❖ **Напоминайте правило**

Спокойным, доброжелательным тоном кратко произнесите правило. Желательно обратиться к ребенку по имени: «Миша, мы моем руки после улицы», «Света, карандаши не грызут».

Не надо каждый раз связывать правило чистоты с вирусом.