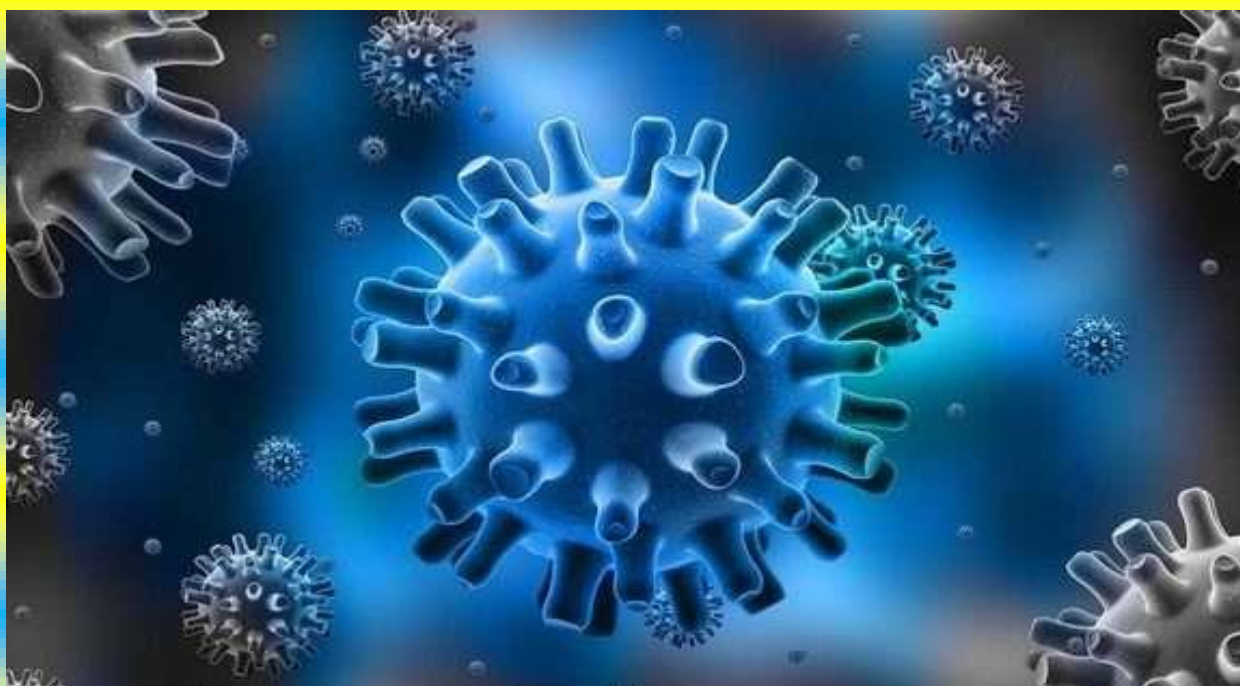


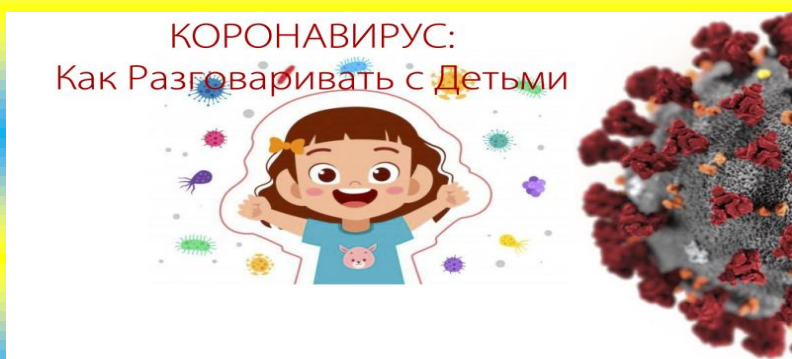
*МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ –
ДЕТСКИЙ САД №429*

*КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ
«КАК РАССКАЗАТЬ ДЕТЯМ
О КОРОНОВИРУСЕ»*



г. Екатеринбург

2021 г.



Как рассказать детям о коронавирусе? Чтобы не напугать впечатлительного ребенка, к такому разговору надо подойти очень ответственно. Вот что советуют детские психологи: Успокойте сначала себя и умерьте свое беспокойство. Поговорите с ребенком, чтобы выяснить, что он уже знает о коронавирусе и пандемии. Разговор должен вестись с учетом возраста, с детьми до 10 лет надо говорить осторожно и понятными им словами. Расскажите, каких правил надо придерживаться, почему люди носят маски. Постарайтесь успокоить ребенка, не пугайте его страшными последствиями, объясните, что профилактика поможет уберечь себя. Надо помнить, что дети очень чувствительны к беспокойству родителей, чем больше у взрослых уровень страха, тем больше волнуются дети. Напряженная ситуация в семье может сильно повлиять на психологическое и психическое состояние ребенка. Взрослым надо контролировать свои страхи, не нагнетать панику. В беспокойстве нет никакого конструктива, нужны конкретные и умные действия. Эксперты советуют не затягивать с разговором о коронавирусе, потому что в среде сверстников может быть запущена ложная информация, искажающая действительность — от игнорирования ситуации, мол, ничего страшного, обычный грипп, до запугивания мировым апокалипсисом. Если во время разговора вы выясните, что ребенок необоснованно перепуган, не надо сразу переубеждать его в том, что ничего страшного. Следует объяснить, что опасность есть, но она преувеличена. А чтобы минимизировать ее, следует неукоснительно придерживаться определенных правил. Их всего 5:

- *не контактировать с людьми и детьми, у которых жар, кашель,*
- *не подходить ближе, чем на 3 метра (показать, сколько это),*
- *закрывать рот и нос маской или платком, если кто-то рядом чихнул.*
- *постоянно мыть руки с мылом, особенно после людных мест, общественного транспорта, перед едой, после туалета.*
- *несколько раз в день мыть лицо. Не касаться на улице носа, рта, не тереть глаза.*

Пользоваться только личной или одноразовой посудой. Научите, как правильно кашлять и чихать — в одноразовую салфетку или локтевой сгиб. Стресс и тревожность у ребенка могут иметь самые разные проявления — головными болями или в животе, проблемы со сном, нежелание выходить из дома. Если у вашего малыша появились такие необычные проявления — поговорите с ним наедине, в доверительной обстановке, постарайтесь успокоить. Ребенок наверняка почувствует себя лучше и спокойнее, если будет знать правду и что надо делать при такой ситуации.

COVID-19

**8 СОВЕТОВ
КАК ГОВОРИТЬ С РЕБЕНКОМ
О КОРОНАВИРУСЕ**

РОСПОТРЕБНАДЗОР
ЕДИНЬИЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-355-49-43

**1. ЗАДАВАЙТЕ ОТКРЫТЫЕ ВОПРОСЫ
И СЛУШАЙТЕ**

**2. БУДЬТЕ ЧЕСТНЫ:
ОБЪЯСНИТЕ ПРАВДУ
ДОСТУПНЫМ ДЛЯ РЕБЕНКА ЯЗЫКОМ**

**3. ПОКАЖИТЕ ИМ,
КАК ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ
И СВОИХ ДРУЗЕЙ**

4. ПОДБОДРИТЕ ИХ

**5. ПРОВЕРЬТЕ,
ИСПЫТЫВАЮТ ЛИ ОНИ
НА СЕБЕ СТИГМУ
ИЛИ РАСПРОСТРАНЯЮТ ЕЕ**

6. ИЩИТЕ ПОМОЩНИКОВ

7. ПОЗАБОТЬТЕСЬ О СЕБЕ

**8. ЗАВЕРШИТЕ РАЗГОВОР,
ДЕМОНСТРИРУЯ ЗАБОТУ**

Информация подготовлена на основе материалов ЮНИСЕФ

MyShared

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ !