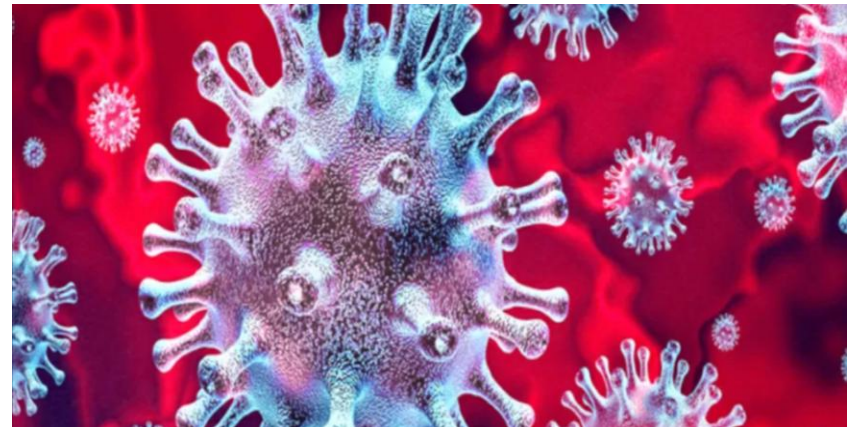


JAK ROZMAWIAĆ Z DZIEĆMI O KORONAWIRUSIE?



Drodzy Rodzice,

*niewątpliwie w ostatnim czasie zastanawiacie się
jak rozmawiać z dziećmi o koronawirusie.*

*Chciałabym podzielić się z Państwem pewną dawką
wiedzy, refleksji....*



*Zapraszam Państwa do wspólnych przemyśleń,
zadbania o siebie i o swoich najbliższych
życząc dużo spokoju i zdrowia.*

*Oktawia Łagowska
psycholog szkolny*



Typowe dla psychologów jest
stwierdzenie:

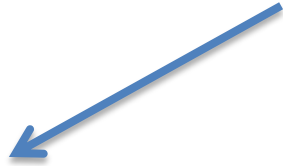
„TO ZALEŻY...”.

Zatem od czego zależy forma
prowadzonej rozmowy?

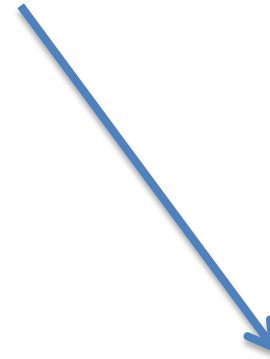
ZALEŻY OD...

- ❖ dotyczy czas prowadzonych z dzieckiem rozmów na temat przeżywanych przez nie emocji,
- ❖ stopnia zainteresowania dziecka omawianym tematem,
- ❖ wieku dziecka- dostosowujemy informacje oraz słownik,
- ❖ gotowości osób dorosłych.

PODEJŚCIA DZIECI DO OBECNEJ SYTUACJI:



Dzieci, które poszukują informacji, drążą temat, dopytują.



Dzieci, które nie chcą rozmawiać, minimalizują źródła informacji (np. wyłączają TV bądź komunikują o tym wprost).

Światowa Organizacja Zdrowia
oraz Amerykańskie Towarzystwo Pediatryczne
wskazuje, iż informacje są istotne, naszą zaś rolą
jest ich dozowanie i kontrolowanie.

PRZEKAZYWANIE INFORMACJI

Stoimy przed poważnym zadaniem,
jest ono jednocześnie ważne, jak i trudne.

Istotne jest dla nas sprawdzenie,
weryfikacja stanu wiedzy dziecka.

Gdy zauważamy, iż dociekliwość, dopytywanie ze strony dziecka jest zbyt intensywne, co więcej- generuje niepokój



nie bójmy się powiedzieć **STOP**,
ważna jest **KONTROLA**.

Wówczas



przekierujemy uwagę dziecka na
inne formy aktywności, zajmijmy je czymś
przyjemniejszym, będącym w obszarze ich
zainteresowań.

JAK ZACZĄĆ ROZMOWĘ?

W przypadku **dzieci młodszych** pomocne mogą okazać się rozmowy o emocjach z wykorzystaniem ilustracji, zdjęć, filmów, historyjek społecznych ze stopniowym przechodzeniem do „tu i teraz” na podstawie rozmów opartych o plansze edukacyjne, bajki/opowiadania, poradniki.

JA DOROSŁY- JA RODZIC

Mogę **dołączać** do rozmowy
podjętej przez dziecko,
ale mogę też sam ją **inicjować**,
gdy uznam, że jest taka potrzeba.

Nazywam swoje **emocje**, pamiętając że
dziecko mnie bacznie obserwuje:

*„Denerwuję się/ martwię się/ obawiam
się obecną sytuacją,
a jak jest u Ciebie/ co Ty o tym myślisz?”*

Akceptuję i jestem uważna/y na
emocje mojego dziecka nawet wtedy,
gdy są odmienne od moich.

Nie ma jednych, dobrych emocji!

CZY W KAŻDEJ SYTUACJI MUSZĘ BYĆ GOTOWA/Y NA ROZMOWĘ?

Rozmawiam, gdy:

- mam czas,
- mogę poświęcić pełną uwagę dziecku,
- towarzyszą mi pozytywne emocje.

Jeśli nie, to:

- pozwalam sobie na odroczenie rozmowy
pamiętając o powrocie do niej.

Nikt z nas wcześniej nie doświadczył analogicznej sytuacji, więc warto pokazywać dzieciom, iż pewne sprawy my jako dorośli sami musimy ułożyć sobie w głowie.

Podkreślamy, że obecna sytuacja zaskoczyła nas wszystkich, nie mieliśmy czasu, by się do niej przygotować.

Istotne jest wobec tego wspólne zastanawianie się, poszukiwanie odpowiedzi na nurtujące pytania.

DZIĘKUJĘ

*życząc Państwu i Uczniom
wytrwałości i ZDROWIA.*