



МИНИСТЕРСТВО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
ПЕРМСКОГО КРАЯ



КАК ГОВОРИТЬ С РЕБЁНКОМ О КОРОНАВИРУСЕ

ГБУЗ ПК «ЦЕНТР МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ»

20.04.2020



Рекомендация 1



1. ЗАДАВАЙТЕ ОТКРЫТЫЕ ВОПРОСЫ И СЛУШАЙТЕ

Пригласите вашего ребенка обсудить эту тему. Узнайте, как много он уже знает, и прислушайтесь к его ответу. Если он слишком маленький и не слышал о вспышке, вам, возможно, не нужно поднимать эту тему - просто воспользуйтесь возможностью напомнить о правилах гигиены, не внушая новых опасений.



Рекомендация 2



1. ЗАДАВАЙТЕ ОТКРЫТЫЕ ВОПРОСЫ И СЛУШАЙТЕ

Убедитесь, что вы находитесь в безопасной обстановке, и позвольте ребенку свободно говорить. Рисование, истории и другие методы, возможно, помогут вашему ребенку открыться для разговора.



Рекомендация 3



1. ЗАДАВАЙТЕ ОТКРЫТЫЕ ВОПРОСЫ И СЛУШАЙТЕ

Не преуменьшайте проблем. Примите чувства ребенка и дайте понять, что естественно бояться этих вещей. Покажите, что вы слушаете, уделяя ему все свое внимание, и убедитесь, что он понимает, что может поговорить с вами и учителями в любое время.



МИНИСТЕРСТВО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
ПЕРМСКОГО КРАЯ

Рекомендация 4



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

Дети имеют право на правдивую информацию о том, что происходит в мире, но и взрослые обязаны защищать их от страданий. Говорите на языке, соответствующем возрасту ребенка, следите за его реакцией и будьте чувствительны к его беспокойству.

Информация подготовлена на основе материалов rospotrebnadzor.ru



Рекомендация 5



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

Если вы не можете ответить на вопросы, не придумывайте. Используйте это как возможность вместе найти ответы. Веб-сайты международных организаций, таких как ЮНИСЕФ и Всемирная организация здравоохранения, являются отличными источниками информации. Объясните, что некоторая информация в Интернете не является достоверной, и что лучше всего доверять экспертам.



МИНИСТЕРСТВО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
ПЕРМСКОГО КРАЯ

Рекомендация 6



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

Один из лучших способов защитить детей от коронавируса и других заболеваний - это просто поощрять регулярное мытье рук. Это не должен быть запугивающий разговор. Мойте руки в танце, чтобы весело изучить правила мытья рук.

Информация подготовлена на основе материалов rospotrebnadzor.ru



МИНИСТЕРСТВО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
ПЕРМСКОГО КРАЯ

Рекомендация 6



Вы также можете показать детям, как прикрывать локтем кашель или чихание, объяснить, что лучше не подходить слишком близко к людям, у которых есть ЭТИ СИМПТОМЫ.

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

Информация подготовлена на основе материалов rospotrebnadzor.ru



Рекомендация 7



4. ПОДБОДРИТЕ ИХ

Когда мы видим много тревожных кадров по телевизору или в Интернете, иногда мы чувствуем, что кризис окружает нас повсюду. Вы можете помочь своим детям справиться со стрессом, предоставляя им возможность играть и отдыхать, когда это возможно. Следуйте привычному расписанию и распорядку, насколько это возможно, особенно перед сном, или помогите создать новый распорядок дня в новой среде.



Рекомендация 8



4. ПОДБОДРИТЕ ИХ

Если ваш ребенок плохо себя чувствует, объясните, что он должен оставаться дома/в больнице, потому что это безопаснее для него и его друзей. Заверьте, что вы знаете, что иногда это трудно (может быть, страшно или даже скучно), но соблюдение правил поможет обеспечить безопасность всех.



Рекомендация 9

Для детей важно знать, что люди помогают друг другу, проявляя доброту и щедрость.

Поделитесь историями о работниках здравоохранения, ученых и молодежи, среди прочих, которые работают над тем, чтобы остановить вспышку и обеспечить безопасность сообщества. Большим утешением может быть знание того, что сострадательные люди принимают меры.



6. ИЩИТЕ ПОМОЩНИКОВ



Рекомендация 10



7. ПОЗАБОТЬТЕСЬ О СЕБЕ

Вы сможете помочь своим детям лучше, если вы также позаботитесь о себе. Дети сами догадаются, как вы реагируете на новости, так что им поможет тот факт, что вы спокойны и контролируете ситуацию.



МИНИСТЕРСТВО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
ПЕРМСКОГО КРАЯ



#стопкоронавирус
#здоровьевприоритете
#coronavirus
#ПКЦМП59

Информация подготовлена на основе материалов rosпотребнадзор.ru