

NASVETI, KAKO SE O KORONAVIRUSU POGOVARJATI Z OTORKI

- 1. POGOVORU SE NE IZOGIBAMO:** otroci čutijo in vidijo, da se nekaj dogaja, zato potrebujejo informacije. Prikrivanje ter pomanjkanje informacij lahko v njih vzbudi strah in stisko.
- 2. BODIMO NA VOLJO:** otrokom omogočimo, da pristopijo in izrazijo svoja čustva, skrbi in vprašanja. Naj čutijo in vedo, da smo mu za pogovor na voljo. Prisluhnimo njihovim vprašanjem in poizvedimo, s kakšnimi informacijami o nastali situaciji so že seznanjeni.
- 3. BODIMO MIRNI IN ISKRENI:** otroci so za naša čustva do določene situacije dovzetni in jih hitro prepoznajo. Zato je pomembno, kako jim vsebino sporočamo. Sebe in otroke lahko pomirimo z zavedanjem, da bo obdobje izolacije minilo.
- 4. NE POSREDUJMO PREVEČ INFORMACIJ:** glavni namen pogovora o koronavirusu je pomiritev otrok in zmanjšanje strahu pred virusom. Zato je smiselno, da odgovorimo na vprašanja, ki jih zanimajo. Cilj ni, da pridobijo vse informacije o obravnavani tematiki.
- 5. BODIMO SOČUTNI:** pokažimo jim, da razumemo njihova čustva in se o njihovih strahovih pogovorimo.
- 6. PRIZNAJMO, ČE ČESA NE VEMO:** povsem razumljivo je, da ne poznamo odgovorov na vsa vprašanja. Otroku raje povejmo, da se bomo o tem pozanimali, kot da mu nudimo nepreverjene informacije.
- 7. INFORMACIJE NAJ BODO PRILAGOJENE OTROKOVI STAROSTI:** zaupajmo v njihovo sposobnost razumevanja, a hkrati vsebino prilagodimo.
- 8. DAJMO OBČUTEK VARNOSTI IN KONTROLE:** obrazložimo jim, da je izolacija namenjena naši varnosti in zavezitvi virusa. Občutek kontrole jim vzbudimo z učenjem zaščitnih ukrepov.
- 9. OMEJIMO ČAS POGOVORA O KORONAVIRUSU:** ker je koronavirus v zadnjih tednih glavna tema, hitro pozabimo na druge vidike našega življenja. Pozorni bodimo, kakšne informacije prihajajo do njih preko medijev. Opozorimo jih, da določene informacije temeljijo na govoricah.
- 10. ZA NASTALO SITUACIJO NE KRIVIMO NIKOGAR:** v primeru obtoževanja drugih ljudi in institucij v otrocih povečujemo strah



Mlajšim otrokom koronavirus in z njim povezano situacijo lahko predstavimo s pomočjo otroške [slikanice](#).