**Πως θα μιλήσουμε στα παιδιά για την καραντίνα και τον κορονοϊό.**

Η αλλαγή της καθημερινότητας των παιδιών προσχολικής και σχολικής ηλικίας άλλαξε απότομα και ξαφνικά. Λογικό και επόμενο λοιπόν να έχουν διάφορα ερωτήματα για τη νέα πραγματικότητα που ζουν.

Δεν έχουν σχολείο, δεν βλέπουν τους παππούδες και τις γιαγιάδες, έχουν τους γονείς συνέχεια μαζί στο σπίτι, δεν βλέπουν τους φίλους τους και μάλλον βλέπουν περισσότερο τηλεόραση χωρίς…….την γκρίνια των γονιών τους!

Τι κάνουμε λοιπόν για να τους εξηγήσουμε τη νέα κατάσταση;

Μιλήστε τους ανοιχτά και ειλικρινά. Αρχικά δεν χρειάζεται να αποφεύγουμε το θέμα. Είναι λογικό να έχουν απορίες (όπως και εμείς άλλωστε) είναι σοφότερο να λύσουμε τις απορίες τους εμείς σαν γονείς παρά να προσπαθούν να βρουν απαντήσεις στις διάσπαρτες πληροφορίες από την τηλεόραση και το ίντερνετ. Καλύτερα να έχουμε γνώση για το τι σκέφτονται τα παιδιά μας. Αν δεν τους εξηγήσουμε τι συμβαίνει θα αφήσουν την φαντασία τους ελεύθερη και θα τους δημιουργήσουμε άγχος. Οπότε προετοιμαστείτε νοερά, έχετε ένα πλάνο πληροφοριών για το τι θα τους πείτε, να είστε ειλικρινής, ανοιχτοί σε ερωτήσεις και φυσικά να προσαρμόσετε το λεξιλόγιο σας στην αναπτυξιακή ηλικία του παιδιού.

Αποφύγετε να τους μεταδώσετε το άγχος σας. Σκοπός τις κουβέντας σας θα είναι η δημιουργία ενός ασφαλούς περιβάλλοντος όπου τα παιδιά καταλαβαίνουν ότι οι γονείς τους έχουν τον έλεγχο της κατάστασης και μπορούν να τα προστατεύσουν. Τα παιδιά πρέπει να έχουν το αίσθημα ασφάλειας πάντα. Οπότε, ηρεμίστε τα παιδιά, παίξτε μαζί τους και αποφύγετε λέξεις που προκαλούν ανασφάλεια και κλήμα πανικού.

Τα παιδιά πάντα ακούν! Οπότε προσέχουμε τι λέμε.

Εξασκηθείτε σε μέτρα πρόληψης σε μορφή παιχνιδιού. Πώς πλένουμε τα χέρια μας σωστά και σχολαστικά, πως φροντίζουμε την ατομική μας υγιεινή, αλλαγή ρούχων, τι κάνουμε όταν φτερνιζόμαστε κτλ. Μιλήστε τους για το τι μπορούμε να κάνουμε για να προστατευθούμε από τον ιό. Δίνουμε έτσι την αίσθηση ότι υπάρχει έλεγχος της κατάστασης και μπορούμε να το αντιμετωπίσουμε.

Καλή Δύναμη σε όλους!

Μέλη Ε.Δ.Ε.Α.Υ. Χαλκιδικής

Άννα Καριού Χασαπίδου Σμαράγδα

Ψυχολόγος Α.Π.Θ. Κοινωνική Λειτουργός Δ.Π.Θ.

Υποψήφια Διδάκτωρ

Τμήματος Εκπαιδευτικής και Κοινωνικής Πολιτικής

Πανεπιστημίου Μακεδονίας