

SZKOLNY PEDAGOG RADZI ...

Drodzy Rodzice!

Dzieci **słyszą** wiele o koronawirusie. **Epidemia koronawirusa to nie tylko temat do rozmowy z nimi o tym, jak myć ręce. Nie można udawać**, że sprawa nie jest poważna. Nowa nieznana sytuacja, która w skutkach niesie zagrożenie zdrowia, a nawet życia, wiąże się często z lękami, obawami, niepokojem. Małe dzieci reagują silnymi emocjami dlatego ważne jest żeby zapanować nad nerwową atmosferą, by przejąć kontrolę nad emocjami. To, co się wokół dzieje może mieć fatalny wpływ na psychikę dzieci.

Jak więc z nimi rozmawiać na ten trudny temat?

Rodzice często chronią swoje dzieci, nie przekazując im prawdziwej wiedzy, co potęguje lęki dziecka. Najważniejsze, co teraz mogą zrobić rodzice to przede wszystkim nie okłamywać swoich dzieci. Każde dziecko bez względu na wiek ma prawo do rzetelnej informacji. Mówmy dzieciom prawdę, kłamstwo może znacząco zachwiać ich poczuciem bezpieczeństwa. Przede wszystkim należy nazwać to, co się dzieje. A więc powiedzieć: „To nowa sytuacja, pewne rzeczy muszą się teraz zmienić, ale wiemy co robić”. Gdy dziecko dostanie taki komunikat, będzie spokojniejsze. Ważne, by dać mu sygnał, że do tych zmian dostosujemy się chętnie, bo to ma nam dać bezpieczeństwo. Wtedy nie zostanie to potraktowane jak kara, jako coś niepokojącego, lecz wręcz odwrotnie: dziecko zrozumie, że fakt, iż nie idzie do szkoły czy do przedszkola, wynika z przemyślanych decyzji, które nam służą. Małym dzieciom trzeba spokojnie, rozsądnie i przystępnie **wytłumaczyć, czemu służą te wszystkie zabiegi**, np.: „Myjemy ręce i siedzimy w domu dlatego, że pojawiła się bardzo zaraźliwa choroba, na którą na razie nie ma lekarstwa, więc musimy unikać zakażenia”. Bardzo ważne jest to, żeby dzieci i młodzież stosowały się do zaleceń, by unikały przebywania w miejscach publicznych. Muszą oni zrozumieć, że **wystawiając się na infekcję, ryzykują zdrowiem i życiem rodziców, dziadków i wielu innych osób**.

Dzieci również **bezbłędnie rozpoznają emocje dorosłych**. Na nic się zda uspokajanie dziecka, kiedy rodzice są wewnętrznie rozdygotani. Najpierw więc trzeba **zacerpnąć wiedzy z rzetelnego źródła** (np. ze strony internetowej Ministerstwa Zdrowia albo Głównego Inspektora Sanitarnego, z odpowiedzialnych mediów, od lekarza), dobrze **przemyśleć** temat i **wyciszyć swoje emocje**, a dopiero później **zacząć rozmowę** z dzieckiem.

Drodzy Rodzice, byłoby fajnie, gdyby udało się Wam zaplanować ten czas pobytu dzieci w domu. Postarajcie się, aby każdy dzień był konstruktywny, maksymalnie dynamiczny. Oprócz szkolnych obowiązków niech będzie czas na przyjemności, niech to będzie czas, który będzie miał wspólny mianownik z którego będziecie się wspólnie cieszyć – mamy więcej czasu dla siebie. Może uda się Wam zrobić coś, na co nie mieliście czasu w codziennej bieganinie? Jeżeli będziecie te dni planowali i uwzględniali w nich dzieci, to one będą się w tym odnajdywały i czuły bezpieczne. Poprzez planowanie dzieci dostaną jasny komunikat, że Wy tym czasem zarządzacie, a każde dziecko będzie miało swój rytm, swoje punkty, zaplanowane aktywności.

Bożena Koniecka – pedagog szkolny

Wspólnie wysłuchajcie poetyckiego przesłania Artura Barcisia

<https://www.youtube.com/watch?v=0kwPWUYnuDM>