

## **Как объяснить детям, что такое коронавирус**

Рекомендациями родителям на тему того, как общаться с детьми по поводу этой проблемы и оградить их от тревожных новостей. Не рассказывайте малышам о том, что вирус смертельно опасен, необходимо сконцентрировать ребенка на гигиене и ограничить его доступ к новостному пространству.

### **❖ *Обобщайте информацию и не говорите, что коронавирус приводит к смерти***

И, хотя у коронавируса есть серьезные последствия, лучший способ рассказать о нем ребенку – это обобщить информацию.

Никогда не говорите ребенку, что он может умереть от коронавируса, негативная информация может стать лишним стрессом для малыша.

Лучше просто напоминать детям о необходимости чаще мыть руки. На вопросы ребенка про коронавирус лучше назвать эту инфекцию «неприятностью», которая может спровоцировать заболевание.

Научите ребенка правильно следить за гигиеной

Очень важно объяснить детям, что руки нужно мыть в теплой воде и с мылом в течение двух минут. Делать это нужно регулярно: после посещения туалета и прогулок на улице.

Вам не нужно упоминать коронавирус. Просто скажите ребенку, что вокруг нас множество микробов, поэтому мы должны регулярно мыть руки, чтобы не заболеть.

Один из лучших способов научить малыша гигиене – установить таймер и повесить в ванной карточки-напоминания. К слову, лучше отказаться от дезинфицирующих средств, отдав предпочтение обычному мылу, потому что оно безопасней для кожи ребенка.

### **❖ *Следите за тем, чем интересуются ваши дети***

Устрашающие заголовки новостей, телевизионные сюжеты и разговоры по радио о пандемии только увеличат стресс, особенно у детей. Постарайтесь не смотреть новостные телеканалы дома в присутствии детей и ограничьте им доступ в Интернет. Если малыш все-таки сумел где-то прочесть статью о коронавирусе, постарайтесь его успокоить. Если ваш ребенок – подросток, обязательно обсудите с ним его опасения и страхи.

### **❖ *Будьте осведомленными и не выпускайте из дома болеющих детей***

Родители обязаны быть в курсе всех последних событий, связанных с коронавирусом. Даже если у вашего малыша обыкновенный насморк, не ведите его в детский сад или на детские площадки, пусть посидит дома на карантине. Все дело в том, что симптомы коронавируса очень похожи на обычную простуду.

Если вы отправляете своих детей в школу или детский сад, когда они болеют, вы подвергаете риску других детей, учителей, родителей и даже бабушек и дедушек,

Когда детей нет рядом с вами, просматривайте новостную ленту и будьте в курсе того, что происходит в мире. При первых признаках заболевания сдайте тест на коронавирус в медицинском учреждении.