



Tėvystė COVID-19 metu

Kaip kalbėtis apie COVID-19

Būkite nusiteikę pokalbiams. Ką nors vaikai jau bus girdėję. Tyla ir paslaptys vaikų neapsaugo. Apsaugo sąžiningumas ir atvirumas. Pagalvokite, kiek jūsų vaikai pajėgs suprasti. Jūs geriausiai juos pažįstate.

Būkite atviri ir klausykitės

Leiskite vaikams kalbėti laisvai. Užduokite jiems atvirus klausimus ir išsiaiškinkite, kiek jie jau žino.

Būkite sąžiningi

Visada į jų klausimus atsakykite tiesą. Pagalvokite, kiek jūsų vaikui metų ir kiek jis pajėgs suprasti.

Palaikykite

Jūsų vaikas gali būti išsigandęs ar susipainiojęs. Suteikite vaikams progą pasidalyti savo jausmais ir parodykite, kad jais rūpinatės.

Nežinoti atsakymų – nieko blogo

Kuo puikiau galima sakyti „Mes nežinome, bet aiškinamės“ arba „nežinome, bet manome, kad...“. Tegul tai būna proga su vaikais išmokyti ko nors naujo!



Didvyriai, o ne skriaudikai

Paašikinkite, kad COVID-19 niekaip nesusijęs su žmonių išvaizda, kilme ar kalba. Papasakokite vaikui, kad galime užjausti sergančiuosius ir tuos, kas juos slaugo.

Paieškokite istorijų apie žmones, kurie darbuojasi, mėgindami suvaldyti pandemiją, ir slaugo sergančiuosius.

Sklendo daug pasakojimų

Ne visi jie teisingi. Remkitės patikimais interneto puslapiais, tokiais kaip:

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public>

ir

<https://www.unicef.org/coronavirus/covid-19>

iš PSO ir UNICEF.

Baikite pokalbį pozityviu dalyku

Pasidomėkite, ar jūsų vaikas jaučiasi gerai. Priminkite vaikams, kad jais rūpinatės ir jie visada gali su jumis pakalbėti. Galiausiai, nuveikite ką nors smagaus kartu!

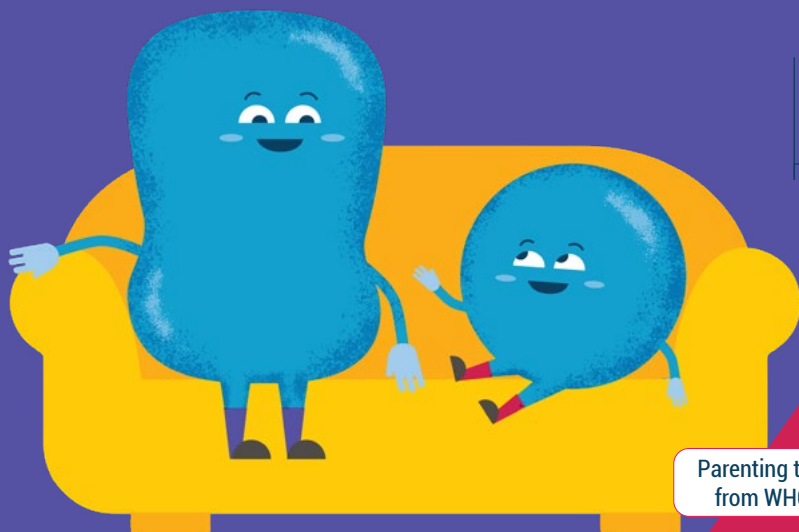
Daugiau patarimų tėvystės klausimais rasite čia:

Parenting tips
from WHO

Parenting tips
from UNICEF

In worldwide
languages

EVIDENCE-BASE



The mark "CDC" is owned by the US Dept of Health and Human Services and is used with permission. Use of the logo is not an endorsement by HHS or CDC of any particular product, service, or enterprise.

