



## Как говорить с детьми об эпидемии

### Психологический чек-лист

▶ **Откажитесь от монолога.**

Выбирайте диалогические формы беседы с ребенком. Спросите его, что он знает о вирусах, выслушайте ребенка, попросите нарисовать их.

▶ **Объясняйте просто и кратко**

Коротко расскажите о коронавирусе, при этом добавляйте запоминающиеся для детей факты: где он появился, как связан с летучими мышами, как передается, почему нужен карантин. Говорите не больше пяти минут.

▶ **Назовите симптомы болезни**

Спросите, что, по мнению ребенка, надо сделать, если что-то заболело. Попросите ребенка обязательно говорить, когда у него что-то болит.

▶ **Дайте ребенку опору**

Когда Вы рассказали ребенку о рисках—расскажите и о защите. Дети не могут постоянно держать в голове информацию об опасности, они либо начинают ее игнорировать, либо уходят в неадекватное поведение. Поэтому обязательно объясните ребенку что помогает избежать вируса. Это станет для ребенка основой для самостоятельной профилактики вируса.

▶ **Используйте наглядность**

Нарисуйте с ребенком правила защиты или поручите ему изготовить собственные памятки и развесить их. Украсьте их так, как хочет малыш—сделайте рамки из бахромы, блесток, мишуры... Оформите умывальную зону так, чтобы она привлекала внимание: яркое полотенце, ароматное жидкое мыло, приклейте над умывальником нарисованные ребенком правила.