

# 6 РОДИТЕЛСТВО В УСЛОВИЯТА НА COVID-19

## Как да разговаряте за COVID-19?

Не се колебайте да разговаряте. Децата най-вероятно вече са чули нещо. Мълчанието и тайните не предпазват децата ни. Честността и откритостта правят това. Помислете какво те могат да разберат. Вие ги познавате най-добре.

### Бъдете открити и изслушвайте

Давайте възможност на детето си да говори свободно. Задавайте му отворени въпроси и разберете какво вече знае.

### Бъдете честни

Винаги давайте правдиви отговори на въпросите му. Имайте предвид възрастта на детето и какво то може да разбере.

### Подкрепяйте го

Детето ви може да е уплашено или объркано. Позволявайте му да споделя чувствата си и му давайте да разбере, че винаги може да се осланя на вас.



### Не е срамно да не знаете отговорите

Достатъчно е да кажете: „Не знаем, но търсим отговора“ или „Не знаем, но мислим, че...“. Използвайте това, за да научите нещо ново заедно с детето си!

### Герои, а не хора, които тормозят другите

Обяснете на детето, че COVID-19 няма нищо общо с това как изглежда един човек, откъде е или какъв език говори. Кажете му, че можем да изпитваме състрадание към хората, които са болни, и към тези, които се грижат за тях.

Търсете истории за хора, които работят за преодоляването на епидемията и се грижат за болните

### Разпространяват се най-различни истории

Някои от тях може да не са верни.

Търсете информация от авторитетни уебсайтове:

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

и

<https://www.unicef.org/coronavirus/covid-19>  
от СЗО и УНИЦЕФ.

### Завършете разговора оптимистично

Уверете се, че детето ви се чувства добре. му, че може да разчита на вас и можете да разговаряте по всяко време. След това направете нещо забавно заедно!

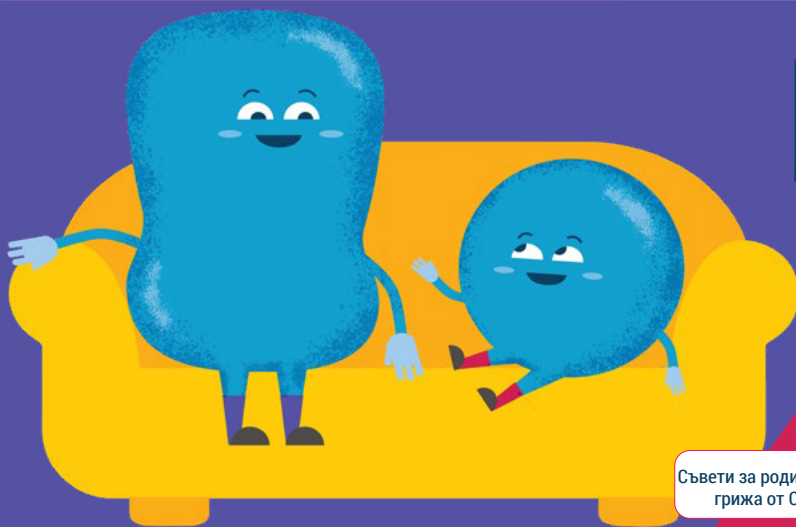
Повече информация можете да намерите на следните връзки:

Съвети за родителска грижа от СЗО

Съвети за родителска грижа от УНИЦЕФ

На основните световни езици

Данни от научни изследвания



Марката „CDC“ е собственост на Министерството на здравеопазването на САЩ и се използва с разрешение. Използването на това лого не означава, че Министерството или СЗО одобряват конкретен продукт, услуга или предприятие.