**Как говорить с ребёнком о коронавирусе?**

**Спросите своего ребенка что он знает?**

Если вы заметили, что ребенок, играя упоминает слово «коронавирус», или вдруг его игрушки «болеют», попытайтесь выяснить, что он знает. Для этого задайте несколько вопросов:

• Похоже, ты что-то слышал о коронавирусе. Что ты знаешь об этом?

• Некоторые люди говорят о коронавирусе. Ты знаешь, что это?

• Многие люди в последнее время беспокоятся о том, что могут заболеть.

Интересно, почему они так волнуются. Как ты думаешь?

Или универсальный:

• Хм (кивок). Расскажи мне больше об этом.

**Поправьте неверные суждения ребенка и дайте ему простое объяснение:**

Если ваш ребенок может рассказать вам, что он знает о коронавирусе, ваша первая задача — исправить любую дезинформацию. Предлагайте простые и прямые объяснения.

• Коронавирус — это то, что делает людей больными

• Коронавирус — это микроб, такой маленький, что его не видно

• У некоторых людей кашель и температура

• Некоторые люди попадают в больницу, когда заболевают

• Врачи, медсестры и другие работники лечат больных, и они поправляются

• Есть вещи, соблюдая которые мы можем не заболеть, например, мыть руки.

Некоторые дети, возможно, слышали, что люди умерли от коронавируса.

Не игнорируйте их страхи, но не зацикливайтесь на этом.

**Заверьте их, что вы о них позаботитесь несмотря ни на что. Ответ может быть такой:**

**Да, некоторые люди умирают от коронавируса, но это случается очень редко. Большинство людей выздоравливают. Я не думаю, что это то, о чем нам нужно беспокоиться. Все люди иногда болеют. Помнишь, когда ты был болен, я давал (а) тебе лекарство, мы много читали и отдыхали, потом тебе стало лучше и ты поправился? И в любое время, если что-то случится я буду о тебе заботиться и все будет хорошо.**

**Посмотрите вместе с ребёнком мультфильмы или почитайте книги, где герои болели, но в итоге выздоровели:**

• Цветик-Семи цветик • Айболит • Трое из Простоквашино • Про бегемота, который боялся прививок • Птичка Тари (про крокодила, который не чистил зубы) • Смешарики «Ежик и здоровье» • Виктор Драгунский «Зеленчатый Леопард»

Во время стресса дети нуждаются в предсказуемости и последовательности обычных действий. Родителям это тоже нужно! Так что играйте, общайтесь со своим ребенком, смотрите мультфильмы, читайте сказки.

**И помните — спокойный родитель залог спокойного ребенка. Всем спокойствия и здоровья!**

 **Педагог-психолог Истомина И. А.**