

Дети больше всех нуждаются в нашем спокойствии и безопасной обстановке дома.

Поэтому взрослым так важно:

- Сохранять спокойствие.
- Мыслить позитивно.
- Быть информированными.
- Следовать рекомендациям проверенных экспертов.

А для детей в это время, главное психологическое спокойствие взрослых, сильная эмоциональная связь в семье, тепло и уют, поэтому:

- Берегите детей, выслушивайте их страхи и опасения, относитесь к их проблемам деликатно.
- Проверьте, что они слышали или знают о вирусе. Дети разного возраста по-разному воспринимают и понимают информацию.
- Для малышей от 1 до 3 лет, безопасная среда является ключевым моментом для гармоничного развития. Ребенок должен чувствовать себя в безопасности, получать много внимания и доверять взрослому. Его возможности слишком ограничены, чтобы понять природу и детали проблемы. Объятия, поцелуи, спокойный голос, сказки, совместные игры – этого достаточно, чтобы сохранять спокойствие.
- У детей дошкольного возраста (3-7 лет) знаний уже больше, но все еще недостаточно, и непонимание происходящего может привести к регрессу в поведении. В этом возрасте дети копируют поведение взрослых, паника и чрезмерное беспокойство которых, могут передаваться и вызывать страх или агрессию. Отвечайте на интересующие их вопросы, без лишних устрашающих факторов.