



W skrócie - Jak tłumaczyć dzieciom



Poniższe zalecenia mają stanowić wsparcie i sugestie, które można zawsze indywidualnie dostosować i modyfikować. Więcej bardziej szczegółowych informacji odnośnie tematu „Co pomaga dzieciom” znajduje się w dokumencie „[Jak tłumaczyć dzieciom](#)” na naszej stronie www.aetas-kinderstiftung.de.

O tym rozmawiać

- Proszę zwrócić uwagę na to, że Państwo wyjaśniają swojemu dziecku, co musi ono wiedzieć, ale proszę nie wywoływać niepotrzebnego strachu. Odpowiednia rozmowa prowadzi do tego, że głowa staje się spokojniejsza, a serce pewniejsze.
- Proszę pokazać swojemu dziecku, że znają Państwo zasady i wiedzą, co należy zrobić, nawet jeśli się Państwo martwią.
- Gdy Państwa dziecko się martwi, proszę okazać zrozumienie i pokazywać, co nie jest bezpieczne lub w ogóle niewłaściwe.
- Proszę odpowiadać na pytania swojego dziecka i zasięgnąć rad, jeśli nie znają Państwo na nie odpowiedzi.

Podkreślić bezpieczeństwo

- Jeśli Państwo sami potrzebują pocieszenia lub bardzo się boją, proszę porozmawiajcie o tym z innymi dorosłymi. Dla dzieci obawy i zmartwienia dorosłych to zbyt wiele. Może pomoże ktoś z kręgu Państwa znajomych lub rodziny. Mogą Państwo również skorzystać z konsultacji telefonicznej.
- Nie należy bez zastanowienia ujawniać wszystkich informacji. Szczególnie małe dzieci nie są jeszcze w stanie ocenić, jak coś jest niebezpieczne i szybko zaczną się bać. Proszę ustalić czas bez trudnych rozmów i nie prowadzić „rozmów dla dorosłych” w obecności dzieci.
- Dzieci potrzebują dobrych myśli, gdy coś jest trudne. Dlatego też proszę opowiedzieć dzieciom o wszystkim, co jest dobre, jak wielu ludzi jest już zdrowych lub pracuje nad tym, że wszyscy chorzy mają dobrą opiekę oraz że cały świat trzyma się razem i pomaga.

- Możliwość samodzielnego zrobienia czegoś, daje dzieciom poczucie bycia ważnym. Sprawcie Państwo, aby nowa struktura dnia stała się widoczna za pomocą napisanego lub namalowanego planu i pozwólcie swojemu dziecku zaznaczać zrealizowane punkty. Porozmawiajcie na temat tego, jakie małe zadania dziecko chciałoby przejąć lub przy jakich zadaniach może ono pomagać. Proszę oznaczyć na planie dużym uśmiechem dni, w których byliście zgranym zespołem .
- Proszę zwracać uwagę na dystans i higienę oraz chwalić swoje dziecko, gdy w odpowiedni sposób przestrzega zasad.
- Zaproponujcie Państwo możliwości, w jaki sposób dziecko może pozostać w kontakcie z krewnymi i znajomymi.
- Ustalcie wspólnie drobne znaki dla wszystkich, którzy właśnie pomagają lub sami są chorzy, zapalając przykładowo w określonym czasie małe światełko lub przyklejając karteczkę do okna z napisem: „Myślimy o was!“.

Źródło: Fundacja AETAS Kinderstiftung (2020): *Krótka i zwięzła: Dać dzieciom zorientowanie*. AETAS Kinderstiftung. München. Dostępne Online pod adresem www.aetas-kinderstiftung.de, Stan: 13.05.2020.

Sfinansowane przez:

Bayerisches Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales



Z przyjaznym
wsparciem::



Landeshauptstadt
München
**Referat für Gesundheit
und Umwelt**