

О коронавирусе без паники: памятки педагогам

Коронавирус называют вирусом паники – он в топе новостной ленты, аптеки и магазины пустеют, людям все сложнее справиться с тревогой за себя и близких. Мы подготовили набор памяток, которые помогут педагогам, когда родители нагнетают панику в раздевалке группы или на собрании, обмениваются недостоверной информацией в чате или чрезмерно запугивают своих детей. Также используйте памятки, чтобы говорить с воспитанниками о пандемии и помочь ребенку соблюдать правила гигиены.



Памятка для педагогов

Что делать, когда родитель провоцирует панику

 **Сразу подключайтесь**

Подойдите к родителю, который её провоцирует, спокойно спросите: «Нужна помощь?». Выслушайте, спокойно кивая.

Выразите понимание

Скажите родителю: «Представляю, как вы волнуетесь», «Конечно, мы все беспокоимся». Признание чувств - предохранительный клапан, оно поможет всем участникам разговора взять себя в руки.

Смените ракурс

Сообщите о защите: коротко и ясно скажите, какие меры предпринимают сегодня в детском саду. Дайте конкретную информацию: «закупили дезинфицирующие средства», «проводим кварцевание».

Работайте на реализм

Паника возникает от избытка и от нехватки информации. Возвращайте родителей к реальности: назовите план действий, укажите, на что можно повлиять (мойте, избегайте, следите и проч.), поделитесь реальной информацией из достоверных источников.

Займите паникеров делом

Дайте паникерам задание, например попросите составить список рекомендаций на основе публикаций в СМИ. Самых нервных участников общения уводите. Просите их под любым предлогом отойти с вами в сторону и поговорите хотя бы две минуты наедине. Например, предложите поговорить о ребенке или о волнении родителя.

Как не допустить паники в чате

Реагируйте превентивно

- ✚ *От вас зависит, какая информация поступит в чат от имени детского сада. Поэтому ежедневно делитесь в чате точной информацией о мерах. Которые предпринимаются.*

Следите за этикой всегда

Напоминайте родителям правила чата: «пишем только по делу, только о группе и только то, что важно для всех».

Позвоните паникеру

Когда родитель нагнетает в чате панику, позвоните ему. Попросите его рассказать вам ту информацию, которой он делится. Очень внимательно и корректно выслушайте. Обсудите возможные планы действий.

Переключите на факты и действия

Когда чат наполняется эмоциями, тревогой, агрессией – уточняйте факты и переключайте родителей с эмоций на эти факты. Не просите их успокоиться, это не помогает – предлагайте планы действий.

Дайте ссылку

Разместите в чате ссылку на авторитетный и спокойный источник информации о вирусе.

Как воспитателю работать с запуганным ребенком

Наблюдайте

✚ Следите за изменениями в поведении детей. Фиксируйте случаи, когда заметно меняется активность ребенка, его преобладающее настроение или когда он начинает говорить о страхе перед болезнью, выразить его в рисунках, играх. Сообщите об этих изменениях педагогу – психологу, родителям, поддержите ребенка.

Слушайте

Дайте ребенку высказаться. Попросите его рассказать вам, чего он боится. Скажите ему, что вы видите, что он обеспокоен, и что вы находитесь рядом с ним для того, чтобы выслушать и помочь. Слушайте внимательно и сочувственно. Не перебивайте.

Объясняйте

Расскажите ребенку, что повышенное внимание к вирусу вызвано в первую очередь его новизной и тем, что он появился в разных странах, а не тем, что он очень опасен и все им обязательно заразятся. Скажите ребенку, что вы можете сделать вместе с ним прямо сейчас, чтобы защитить его от вируса. Позовите его вместе вымыть руки, протрите стол дезинфицирующим средством, напомните о том, как важен дневной сон и правильное питание. Говорите спокойно, понимающе, не насмешничайте. Не говорите о неправильных действиях ребенка, например: «Ты вот руки не хотел мыть», скажите о правильных – «Ты хорошо погулял», «Вон как ты руки хорошо намылил, точно все вирусы убегут».

Играйте

Предложите детям игру, в которой они смогут смоделировать и проиграть свой страх. Например: «Постройте-ка мне из лего базу для спасения вот этих человечков от вирусов», «Давайте будем врачами, осмотрим и полечим игрушки», «Создайте для меня целебные эликсиры из веточек и чего-то, что найдете на улице».

Информируйте

Повторяйте детям информацию о профилактике вирусных инфекций в положительном ключе: «Тщательно моем ручки, обязательно моем их, не трогаем рот и глазки, кушаем хорошо, спим днем, держимся на во-о-от таком расстоянии от людей, которые чихают и кашляют. Покажите мне ваши намыленные ручки. Ни один вирус не выживет!».

Как воспитателю говорить с детьми об эпидемии

Откажитесь от монолога

- ✚ **Выбирайте диалогические формы беседы с детьми. Попросите их сказать или нарисовать, что они знают о вирусах. Выслушайте детей.**

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 детей, надо сделать, если что-то заболело. Спросите, кому они бы рассказали об этом. Попросите детей обязательно говорить взрослым, когда у них что-то болит.

Дайте детям опору

Когда вы рассказали детям 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 им, что помогает избежать вируса, а что – бороться с ним. Это станет для детей основой для самостоятельной профилактики вируса.

Используйте наглядность

Нарисуйте с детьми правила защиты или поручите им изготовить собственные памятки и развесить их дома или в группе. Оформите зону умывальников так, чтобы она привлекала внимание: яркие полотенца, мыло, рисунки. Оформите памятки так, чтобы они нравились детям. Например, сделайте рамки для них из игрушек, бахромы и мишуры или развесьте памятки на длинных разноцветных нитках, прикрепите к потолку.

Как действовать, если ребенок саботирует правила гигиены

Не пугайте, не ругайте, не сравнивайте

✚ Воздержитесь от того, чтобы делиться с ребенком негативными эмоциями по поводу его нечистоплотности или игнорирования общих требований. Не противопоставляйте ребенка другим. Не говорите : «Грязнуля!», «Сказано же, руки в рот не брать!», «Ты заболеть хочешь?», «Все помыли руки, а ты нет», «Все поняли, что надо... один ты...» Негатив только ухудшит ситуацию.

Напоминайте правило

Спокойным, доброжелательным тоном кратко произнесите правило. Желательно обратиться к ребенку по имени: «Миша, мы моем руки после улицы», «Света, карандаши не грызут». Не надо каждый раз связывать правило чистоты с вирусом.

Признайте нежелание ребенка

Сочувственно, неагрессивно скажите ребенку: «Я замечаю, что ты почему-то не хочешь...», «Тебе совсем не нравится..?». Дайте ребенку ответить. Обозначьте свою позицию по поводу правил гигиены. Начните речь со слов «Дело в том, что...».

Используйте описательную похвалу

Вслух описывайте даже маленькие действия ребенка, которые приближают его к желаемому поведению. Например, «Миша, ты сегодня очень аккуратно порисовал», и вскоре после этого – «Аккуратные мои ребята, пора мыть ручки». Или: «Мне понравилось, что ты не хотел это делать, но все же послушался меня и сделал».

Объединитесь с семьей

Спокойно и доброжелательно попросите родителей присоединиться к вам, чтобы ребенок лучше усвоил правила гигиены. При этом не давайте оценок. Не говорите о том, что ребенок делает неправильно, избегайте негативной подачи информации. Говорите о том, какие правила вы используете в группе, и просите родителей напоминать ребенку о них дома.