

1. Adjunk a gyermek életkorához és fejlettségi szintjéhez illő magyarázatot a történésekre.
2. Ne árásszuk el a gyereket adatokkal, információkkal, mert az fokozza a veszélyérzetét.
3. Beszéljünk józanul, praktikusán, fogalmazzunk egyszerűen.
4. Ne engedjük a felnőtteknek szóló, vírussal kapcsolatos tartalmakat a gyerekeknek hallgatni, nézni.
5. Válaszoljunk röviden a gyerek kérdéseire, hangsúlyunk legyen nyugodt, kerüljük a drámaiságot.
6. Ne legyenek a vírussal kapcsolatban tabutémák, a halál is szóba kerülhet.
7. Ne fenyegetéssel vegyük rá a gyereket a higiéniai előírásokra, magyarázzuk el az ok-okozati összefüggéseket.
8. Ne mutassuk ki esetleges kétségbeesésünket a gyerek előtt. Ha úgy érezzük, aggodalmunk riasztó mértéket öltött, kérjünk szakmai segítséget.

**Deliága Éva gyermekpszichológus**