

Porady dla Rodziców

Drodzy Rodzice, pamiętajcie o tym, że ta niecodzienna sytuacja jest nowością dla wszystkich, również dla Waszych dzieci. Dlatego też ważne jest, aby w tym okresie zadbać o nie w szczególności. Musicie pamiętać nie tylko o organizacji czasu Waszym dzieciom, ale również o udzieleniu im wsparcia emocjonalnego. Wasze pociechy przeżywają nową sytuację równie silnie, jak dorośli. Postarajcie się być dla nich wzorem i wsparciem.

Rodzicu:

- Rozmawiaj ze swoim dzieckiem o tym, co się aktualnie dzieje. Musisz być przygotowany na trudne pytania. Postaraj się udzielać rzetelnych odpowiedzi (zgodnych z prawdą), podczas rozmów bądź spokojny i opanowany. Nie warto przekazywać dzieciom niesprawdzonych informacji, które do nas docierają typu: „ktoś mi mówił, że wyciekły supertajne informacje i będzie tak, czy tak...”, mogą wprowadzić niepotrzebną panikę.
- Postarajmy się, aby ten niecodzienny czas był swoistą lekcją empatii. Możecie wskazać dzieciom jak ważna jest pomoc innym. Docieśmy zawody ludzi, którzy czuwają nad naszym bezpieczeństwem (lekarze, pielęgniarki, wolontariusze, wojsko, straż, policja i inne służby).
- Jeśli jesteś rodzicem nastolatka, który czuje, że jego swoboda została ograniczona, to okaż mu wsparcie i postaraj się go zrozumieć. Pozwól mu na kontaktowanie się z rówieśnikami za pomocą nowych technologii (Internet, telefon). Przypomnij dziecku o zasadach bezpiecznego poruszania się w cyberprzestrzeni. Kontrola rodzicielska nad czasem spędzonym w sieci oraz stronami, z których korzysta jest bardzo ważna. Pozwoli to uniknąć niepotrzebnych problemów (Cyberprzemoc, hejt).
- Poznaj potrzeby swojego dziecka, spędzaj z nim czas. Wspólne gotowanie, czytanie książek, zabawy, gry, gimnastyka, czy po prostu rozmowa, mogą okazać się dla wielu rodziców okazją do zbudowania pozytywnych relacji i zacieśniania więzi z własnymi dziećmi.
- Pamiętaj, Twoja postawa i zachowanie jest silnie odczuwane przez Twoje dziecko. Im więcej pozytywnych emocji płynie od nas dorosłych, tym większe jest poczucie bezpieczeństwa Twojego dziecka.

Pedagog szkolny
Katarzyna Jaskowska