

# Tėvystė COVID-19 metu Kaip kalbėtis apie COVID-19

Būkite nusiteikę pokalbiams. Ką nors vaikai jau bus girdėję. Tyla ir paslaptys vaikų neapsaugo. Apsaugo sąžiningumas ir atvirumas. Pagalvokite, kiek jūsų vaikai pajėgs suprasti. Jūs geriausiai juos pažįstate.

## Būkite atviri ir klausykitės

Leiskite vaikams kalbėti laisvai. Užduokite jiems atvirus klausimus ir išsiaiškinkite, kiek jie jau žino.

## Būkite sąžiningi

Visada į jų klausimus atsakykite tiesą. Pagalvokite, kiek jūsų vaikui metų ir kiek jis pajėgs suprasti.

## Palaikykite

Jūsų vaikas gali būti išsigandęs ar susipainiojęs. Suteikite vaikams progą pasidalyti savo jausmais ir parodykite, kad jais rūpinatės.

## Nežinoti atsakymų – nieko blogo

Kuo puikiausiai galima sakyti „Mes nežinome, bet aiškinamės“ arba „nežinome, bet manome, kad...“. Tegul tai būna proga su vaikais išmokti ko nors naujo!



## Didvyriai, o ne skriaudikai

Paašškinkite, kad COVID-19 niekaip nesusijęs su žmonių išvaizda, kilme ar kalba. Papasakokite vaikui, kad galime užjausti sergančiuosius ir tuos, kas juos slaugo.

Paieškokite istorijų apie žmones, kurie dirbuojasi, mėgindami suvaldyti pandemiją, ir slaugo sergančiuosius.

## Sklando daug pasakojimų

Ne visi jie teisingi. Remkitės patikimais interneto puslapiais, tokiais kaip:

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public>

ir

<https://www.unicef.org/coronavirus/covid-19>

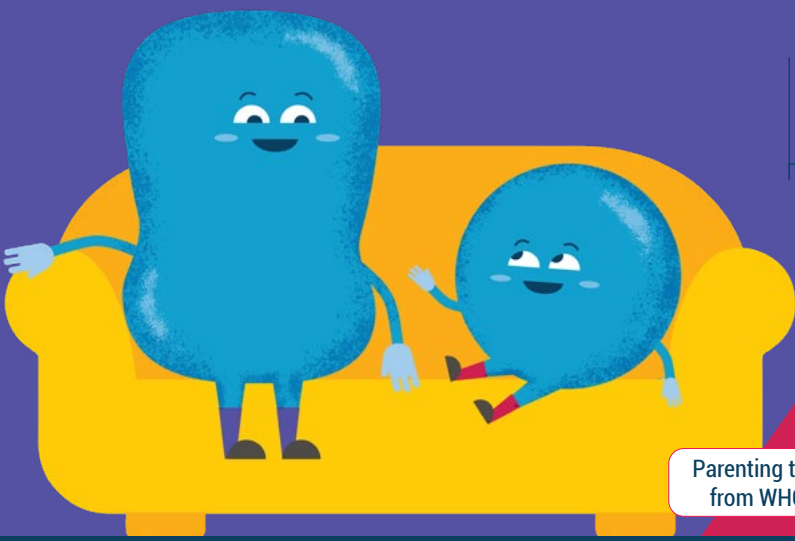
iš PSO ir UNICEF.

## Baikite pokalbį pozityviu dalyku

Pasidomėkite, ar jūsų vaikas jaučiasi gerai. Priminkite vaikams, kad jais rūpinatės ir jie visada gali su jumis pakalbėti. Galiausiai, nuveikite ką nors smagaus kartu!

Daugiau patarimų tėvystės klausimais rasite čia:

- Parenting tips from WHO
- Parenting tips from UNICEF
- In worldwide languages
- EVIDENCE-BASE



The COVID-19 Playful Parenting Emergency Response is supported by the LEGO Foundation, the philanthropic donors to the University of Oxford's COVID-19 Research Response Fund, and the UKRI GCRF Accelerating Achievement for Africa's Adolescents (Accelerate) Hub. Research on Parenting for Lifelong Health is supported by the UKRI GCRF Accelerate Hub, the Oak Foundation, the European Research Council (ERC) under the European Union's Seventh Framework Programme and the Horizon 2020 Research and Innovation Programme, the Global Alliance for Chronic Diseases under the European Union's Horizon 2020 Research and Innovation Programme, UNICEF, WHO, Oxford University Innovation GCRF Sustainable Impact Fund, the Leverhulme Trust, the Economic and Social Research Council, CIDA, the National Research Foundation of South Africa, Ilifa Labantwana, the John Fell Fund, the Evaluation Fund, the UBS Optimus Foundation, USAID-PEPFAR, the Wellcome Trust, Grand Challenges Canada and Wellspring Advisors.