

## Πώς θα πρέπει να μιλάω στους μαθητές/-τριες για τον COVID-19

### Συμβουλές για γονείς και εκπαιδευτικούς

- Να παραμείνετε ήρεμοι και καθησυχαστικοί απέναντι στους μαθητές/-τριες, λειτουργώντας ως πρότυπο συμπεριφοράς.
- Να ακούτε και να συζητάτε μαζί τους, ενθαρρύνοντάς τους να μοιραστούν μαζί σας τις σκέψεις και τα συναισθήματά τους, τόσο τα ευχάριστα, όσο και τα δυσάρεστα.
- Ενημερώστε τους μαθητές/-τριες σχετικά με τον ιό με ακριβή, σύντομο και ειλικρινή τρόπο, λαμβάνοντας υπόψη την ηλικία και την αντιληπτική τους ικανότητα. Η απόκρυψη της αλήθειας και των γεγονότων μπορεί να δημιουργήσει σύγχυση και αβεβαιότητα στους μαθητές/-τριες.
- Ενθαρρύνετε την αναζήτηση από τους ίδιους τους μαθητές/-τριες πηγών ειδήσεων και πληροφοριών σχετικά με τον ιό και συζητήστε μαζί τους για τις ειδήσεις και τις πληροφορίες αυτές, βοηθώντας τους να αναπτύξουν μια κριτική ματιά απέναντί τους. **Όμως, αποθαρρύνετε την υπερβολική έκθεση στις πληροφορίες αυτές, καθώς αυτή μπορεί να οδηγήσει σε αύξηση του άγχους και του φόβου τους.**
- Δημιουργήστε ένα ασφαλές περιβάλλον υπενθυμίζοντάς τους συνεχώς τα μέτρα προφύλαξης από τον COVID-19 και διαβεβαιώνοντάς τους ότι λαμβάνονται όλα τα δυνατά μέτρα για τη διασφάλιση της δημόσιας υγείας από την επιστημονική κοινότητα και την πολιτεία.
- Να αποφεύγετε την απόδοση ευθυνών και την αρνητική κριτική απέναντι σε ένα άτομο που νόσησε και να εξηγήσετε στους μαθητές/-τριες για ποιους λόγους δεν ευθύνεται το ίδιο το άτομο, καταπολεμώντας έτσι την εμφάνιση φαινομένων στιγματισμού και σχολικού εκφοβισμού.
- Ενθαρρύνετε τη συχνή συμμετοχή των μαθητών/-τριών σε δραστηριότητες που τους αποφορτίζουν και τους χαλαρώνουν.