

## NASVETI ZA STARŠE V ČASU KORONAVIRUSA

Na spodnjih povezavah najdete nekaj uporabnih nasvetov o tem kako se z otrokom pogovarjati o koronavirusu:

<https://www.24ur.com/novice/slovenija/klinicni-psihologi-pediatricne-klinike-otrokom-bodite-zgled.html>

<https://www.rtvlo.si/zdravje/novi-koronavirus/razvojna-psihologinja-starsi-ostanite-mirni-a-ne-brezbrizni/517024>

<https://www.nijz.si/sl/kako-se-pogovarjati-z-otroki-o-koronavirusu-sars-cov-2-covid-19>

<https://www.unicef.si/novice/14247/kako-se-z-otrokom-pogovoriti-o-koronavirusu>

<http://www.dps.si/wp-content/uploads/2020/04/Otroci-in-COVID-19.pdf>

Pravljici, ki vam bosta v pomoč pri pogovoru z otroki:

Avtorici v aktualni pravljici pomagata otrokom bolje razumeti situacijo v kateri se trenutno nahajamo zaradi širjenja virusa.

**O HUDOBNEM ZMAJU KORONARJU IN KAKO SO GA LJUDJE S SKUPNIMI MOČMI  
PREMAGALI**

<https://www.scoms-lj.si/files/O%20HUDOBNEM%20ZMAJU%20KORONARJU.PDF>

Za lažje razumevanje za najmlajše priporočamo knjižico, ki jo je pripravil Center Motus.

**ZGODBA O KORONAVIRUSU**

<http://online.fliphtml5.com/bbgci/moon/#p=1>

Z otroki si oglejte posnetek o tem, zakaj si je potrebno roke umivati z milom

Covid-19 eksperiment o umivanju rok

[https://www.youtube.com/watch?v= KirHm\\_sYfl](https://www.youtube.com/watch?v= KirHm_sYfl)

**Mediji in pristranskost**

Zavedajmo se napak v odločanju:

misli  
čustva  
interpretacija dogodka

Naše misli in mnenja vplivajo na to, kako bomo dogodek interpretirali (kot negativen ali pozitiven). To potem vpliva na čustva, ki spet vplivajo na misli.

Kako se izogniti vplivu medijev:

- informacije pridobivajte iz kredibilnih virov
- opomnite se, da tudi mediji prilagajajo vsebine
- spremljajte medije z zadostno mero razumnosti

#PSIHodezinfekcija  
Avtorica: Sara Pavlović

## KORISTNE SPLETNE POVEZAVE:

1. Spletna stran Društva psihologov Slovenije  
<http://www.dps.si/za-javnost/koronavirus/>

Na tej najdete prispevke o skrbi zase, praktične nasvete kako si organizirati dan, kako sodelovati z otrokom, kako se pogovarjati, kako poskrbeti za svoje duševno zdravje ...

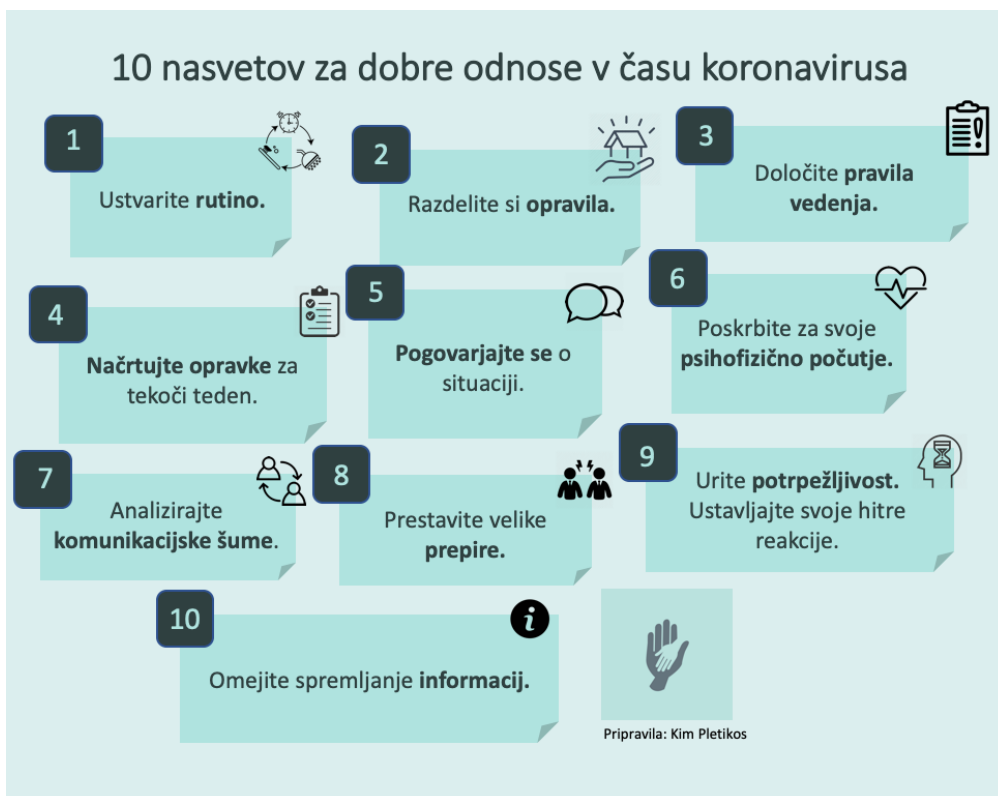
2. Spletna stran NIJZ  
<https://www.nijz.si/sl/koronavirus-2019-ncov>

Na spletni strani lahko spremljate dogajanje v zvezi z izbruhom koronavirusa. Na voljo so aktualne informacije ter priporočila za zaščito zdravja prebivalcev.

3. Spremljajte na Facebooku nevladne organizacije, namenjene izboljšanju kvalitete življenja. Ponujajo nasvete za vsakdanje življenje, za izboljšanje duševnega zdravja. Nekatere vam nudijo možnosti za sodelovanje v spletnih delavnicah.

Predlagamo ogled profila naslednjih organizacij:

- Psihosocialna podpora ob Koronavirusu
- Kako si?
- Empatiko



Vir: <http://www.dps.si/za-javnost/koronavirus/>