

1 STARŠEVSTVO V ČASU COVID-19

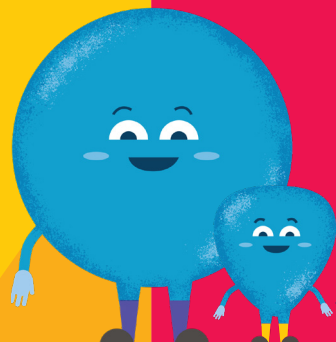
Čas "ena na ena"

Ne morete v službo? Šole zaprte? Ste v skrbeh zaradi financ? Razumljivo je, da ste v stresu in preobremenjeni.

Trenutne razmere so priložnost, da s svojimi otroki vzpostavimo boljše odnose. Čas "ena na ena" je zabaven in nas ne stane nič. Otrokom boste dali vedeti, da so pomembni, hkrati pa se bodo počutili ljubljene in varne.

Namenimo svoj čas vsakemu otroku posebej.

To je lahko samo 20 minut ali več - odvisno je od nas. Lahko je to vsak dan ob istem času, da se bodo otroci lahko veselili skupnega časa.



Vprašajte otroka, kaj bi rad počel.

Priložnost izbire krepi njihovo samozavest. Če pa bi radi počeli nekaj, kar ni v skladu z omejevanjem fizičnih stikov, je to pravi trenutek, da se o tem pogovorimo z njimi. (naslednji letak)

Ideje za skupni čas z dojenčkom/malčkom

- posnemajte njegove izraze na obrazu ali zvoke;
- pojte, ustvarjajte glasbo s kuhalnicami in žlicami;
- zlagajte kozarčke ali kocke;
- pripovedujte pravljice, preberite zgodbo.

Izklopite TV in mobilne naprave. To je čas brez virusov.

Ideje za skupni čas z najstnikom

- pogovarjajte se o stvareh, ki so mu všeč: glasba, šport, zvezdniki, prijatelji, moda ...;
- skupaj načrtujte in skuhajte obrok;
- telovadite skupaj ob spremljavi njegove najljubše glasbe.

Ideje za skupni čas z majhnim otrokom

- preberite knjigo ali si skupaj oglejte slikanico;
- rišite z voščenkami ali barvicami;
- plešite ali prepevajte skupaj;
- lotite se hišnega opravila - naj bo čiščenje ali kuhanje igra;
- pomagajte mu pri šolskih obveznostih.

Poslušajte (in slišite) jih, glejte jih. Popolnoma jim namenite svojo pozornost. Zabavajte se!

Za več informacij uporabite spodnje povezave:

Starševski namigi WHO

Starševski namigi UNICEF

V drugih jezikih

LITERATURA & DRUGI VIRI



The mark "CDC" is owned by the US Dept of Health and Human Services and is used with permission. Use of this logo is not an endorsement by HHS or CDC of any particular product, service, or enterprise.