


«Καλές πρακτικές της Κυπριακής Δημοκρατίας
για την πρόληψη και αντιμετώπιση των
επιπτώσεων της πανδημίας Covid-19 στα
παιδιά προσχολικής και πρώιμης σχολικής
ηλικίας »

Ε.Ψ.Υ.Υ.Π.Ε ., Ι.Ε.Θ.Σ., ΕΣΥΨΥΚΟΠ/Π.Α.Δ.Α., 7-5-2022

Συνεδριακό Κέντρο του Αρχαίου Ελαιώνα (Πανεπιστημιούπολη 2) του
Πανεπιστημίου Δυτικής Αττικής

Καραβά Ζ., Ρέππα Γ., Κούνδουρου Χ., Στυλιανού Α. &
Αθανασούλα – Ρέππα Α.



- 
- Πανδημία Covid-19 Αλλαγή της κανονικότητας σε όλο τον πλανήτη.
 - Κυπριακή Δημοκρατία - Συναγερμός παντού και στο Υπουργείο Παιδείας, Πολιτισμού, Αθλητισμού και Νεολαίας
 - Πρωτόκολλα συμπεριφοράς Μάσκα – εγκλεισμός - κοινωνική αποστασιοποίηση
 - Μέτρα προστασίας και αντιμετώπισης

ΕΞΑΕ ΚΑΙ ΣΥΓΧΡΟΝΟ ΠΟΙΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ

- Ποτέ άλλοτε στην Ιστορία της Εκπαίδευσης δεν κλήθηκαν τόσο πολλοί να αλλάξουν τόσα πολλά σε τόσο σύντομο χρονικό διάστημα. **Νέο ιστορικό-εκπαιδευτικό τοπίο σε περίοδο ασύμμετρης απειλής/ πέρασμα από τη φυσική, συμβατική τάξη στην εικονική τάξη- αρχικά αμφισβήτηση για απουσία ενδιαφέροντος από εκπαιδευτικούς- (ισχυροποιηθήκαμε, δουλέψαμε-συντονισμένη προσπάθεια απ' όλους, συνεργασία, συνέργεια, ομαδικότητα)**
- Την προστιθέμενη αξία στο όλο εγχείρημα την έδωσαν οι εκπαιδευτικοί με τις άοκνες προσπάθειές τους για ευόδωση των προσδοκιών τους. **Τιμή να είσαι εκπαιδευτικός**

Πρόκληση, όχι πρόβλημα

- Καθετί καινούριο δημιουργεί άγχος, ανασφάλεια για την ορθότητα, προτεραιότητα να είμαστε ψυχικά ήρεμοι, νηφαλιότητα)

- **Τεχνολογική Διάσταση**

Διαδικασίες---Ασύγχρονη εξ αποστάσεως εκπαίδευση-e-class, e-me.

Όλα στην εκπαίδευση δεν είναι μόνο διαδικασίες και τεχνικές μάθησης, αλλά και η μάθηση δεν κατορθώνεται χωρίς διερευνητικές και βιωματικές διαδικασίες.

Εκπαιδευτική Τηλεόραση (Μαθαίνουμε στο σπίτι και Βλέπουμε Εκπαιδευτική τηλεόραση),

Microsoft Teams= αποδοτική παιδαγωγική αξιοποίηση του εργαλείου της Σύγχρονης εξ αποστάσεως διδασκαλίας ενηλίκων σε παιδιά / Zoom



• Παιδαγωγική Διάσταση

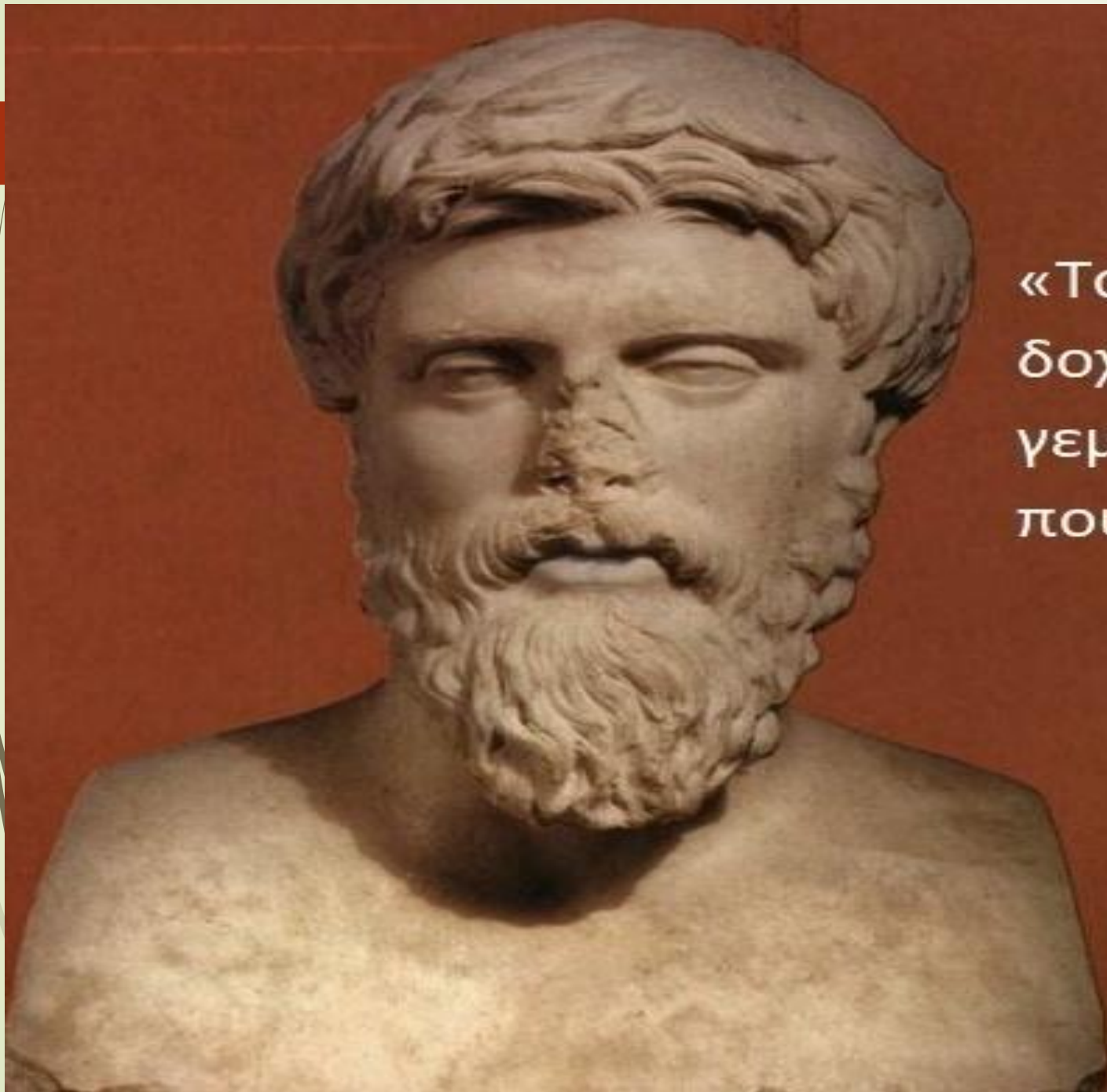
Παιδαγωγική προσέγγιση–αφύπνιση παιδαγωγικής συνείδησης

Ενδυναμώνει, εμπλουτίζει τη διδασκαλία με ανάπτυξη κοινωνικών δεξιοτήτων, ανοχή στη διαφορετικότητα, ενσυναίσθηση, διαπολιτισμική ενσυναίσθηση, προαγωγή οικουμενικής αντίληψης
Σπουδαίο εφόδιο επαγγελματικής ανάπτυξης, δεν υποκαθιστά, δεν αντικαθιστά το δάσκαλο, συναισθηματική εμπλοκή-μοναδικότητα της σχέσης μαθητή-εκπαιδευτικού- κλασικός τρόπος διδασκαλίας




Παιδαγωγικό Συμβόλαιο-τεχνικές υποστήριξης μιας επιτυχημένης τηλεδιάσκεψης
Επιφυλάξεις που αντανakλούνται τα φοβικά χαρακτηριστικά-κακόβουλα σχόλια,
παρεμβάσεις (ενημέρωση γονέων-ακουστικά, προσεγγμένη επιλογή χώρου- ρυθμίσεις
περιβάλλοντος χώρου
-μικρής χρονικής διάρκειας τηλεσυνατήσεις με συγκεκριμένα θέματα-αξιοποίηση
λαθών





«Το μυαλό δεν είναι ένα
δοχείο που πρέπει να
γεμίσει αλλά μια φωτιά
που πρέπει ν' ανάψει».

Πλούταρχος



Υπηρεσία Εκπαιδευτικής Ψυχολογίας & Παιδαγωγικό Ινστιτούτο Κύπρου – Οι πρωταγωνιστές

- Έκδοση εγκυκλίων και εμπνευστικών μηνυμάτων
- Αγώνας δρόμου για να προληφθεί ο πανικός στους/στις μαθητές /τριες, διδάσκοντες και γονείς
- Άγχος για την προετοιμασία των διαδικασιών της μάθησης και διδασκαλίας μέσω της μεθόδου e-learning
- Αγωνία για το πώς θα ετοιμαστούν τα μαθήματα και τα δίκτυα προκειμένου να πετύχουν οι στόχοι των Αναλυτικών Προγραμμάτων

Υπηρεσία Εκπ/κής Ψυχολογίας

ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗΣ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ

ΕΠΙΜΟΡΦΩΣΗ

Άρθρα - Έρευνες - Μελέτες

Θέμα	Αρχείο	Ημερομηνία
Υποστηρικτικό υλικό για γονείς		
Οδηγίες για γονείς σχετικά με τον κορωνοϊό		04/06/2020
Αγαπημένο άτομο με Covid 19		19/05/2020
Η ενσυνειδητότητα (Mindfulness) ως απάντηση στον κορωνοϊό		08/04/2020
Η Αντιμετώπιση των Φόβων των Παιδιών		08/04/2020
Μένουμε σπίτι μαζί με τα μικρά μας παιδιά		30/03/2020
Μένουμε ψυχικά ανθεκτικοί μένουμε σπίτι		30/03/2020
Πώς να μιλήσετε στα παιδιά για τον κορωνοϊό		30/03/2020
Στην εποχή του κορωνοϊού τι μπορούν να κάνουν οι γονείς		30/03/2020
Αυτοέλεγχος και μικρά παιδιά		28/04/2020
Στήριξη χαρισματικών παιδιών		28/04/2020
Σεβασμός της ανθρώπινης αξίας		28/04/2020
Τι αντίκτυπο έχει το κλείσιμο των σχολείων-έκθεση UNESCO		28/04/2020

Για τους γονείς η ΥΕΨ επικεντρώθηκε:

- Στο να τους βοηθήσει να διαχειριστούν τη σχέση τους με τα παιδιά μέσα στην πανδημία (το αρχείο με τις οδηγίες προς τους γονείς είναι «θησαυρός»! γιατί εστιάζει σε καλές πρακτικές για πιθανές περιπτώσεις τραυματικών γεγονότων, και στην έγκαιρη βοήθεια για άμεση επανάκαμψη και προσαρμογή των παιδιών).
- Το αρχείο με την ενσυνειδητότητα δίνει καλές πρακτικές στηριγμένες στις βασικές παραδοχές της ενσυνειδητότητας (**στην παραδοχή της παροδικότητας** του φαινομένου, **στην παραδοχή της μη προσκόλλησης** σε σκέψεις, συναισθήματα, ανθρώπους, πράγματα κ.αλ., **στην παραδοχή του μη προσδιορισμού του εαυτού**, με την έννοια να βλέπουν το πρόβλημα ή τη δυσκολία ή την ασθένειά τους σαν κάτι έξω από αυτούς για να διακρίνουν τι είναι και τι δεν είναι ο εαυτός τους, ώστε να αντιμετωπίσουν το πρόβλημα και τις δυσκολίες, τις ασθένειες κλπ πιο αποτελεσματικά, και στην **παραδοχή της αποδοχής**, όπου το άτομο αποδέχεται αυτό που συμβαίνει και επικεντρώνεται σε αυτό εδώ και τώρα ώστε να «έχει το νου του» σε αυτό χωρίς περισπασμούς).
- Με την ίδια λογική διατρέχοντας το υλικό για τους γονείς βρίσκει κανείς πληθώρα καλών πρακτικών για το πώς οι γονείς θα διαχειριστούν την κατάσταση με το παιδί όταν νοσεί **αγαπημένο άτομο με COVID**, πώς θα διαχειριστούν τους **φόβους των παιδιών**, πώς θα παραμείνουν οι ίδιοι **ψυχικά ανθεκτικοί και υγιείς** μένοντας σπίτι με τα μικρά παιδιά και γενικά στο τι μπορούν να **κάνουν** και πώς μπορούν να **μιλούν στα παιδιά** ώστε να τα βοηθήσουν στην εποχή του COVID

Υποστηρικτικό υλικό για εκπαιδευτικούς (1)



- Διαδικασία Εντοπισμού και Στήριξης Μαθητών στην ΥΕΨ - Οπτικοακουστικό Υλικό 20/01/2022
- Δημοτική και Μέση Εκπαίδευση - Ψυχική Υγεία και Ενδυνάμωση Μαθητών και Εκπαιδευτικών 27/09/2021
- Προδημοτική Εκπαίδευση - Ψυχική Υγεία και Ενδυνάμωση Μαθητών και Εκπαιδευτικών 27/09/2021
- Διαχείριση κρίσεων στο Σχολείο Βασικές αρχές και κατευθύνσεις για την επάνοδο των μαθητών / τριών Δημοτικής Εκπαίδευσης στο σχολείο 13/09/2021
- Διαχείριση κρίσεων στο Σχολείο Βασικές αρχές και κατευθύνσεις για την επάνοδο των μαθητών Νηπιαγωγείου στο σχολείο 13/09/2021
- Διαχείριση κρίσεων στο Σχολείο Βασικές αρχές και κατευθύνσεις για την επάνοδο των μαθητών Γυμνασίου στο σχολείο 13/09/2021
- Διαχείριση κρίσεων στο Σχολείο Βασικές αρχές και κατευθύνσεις για την επάνοδο των μαθητών Γ' Λυκείου στο σχολείο 13/09/2021



Έμφαση στην ενίσχυση των σχέσεων στην ομάδα-τάξη

Στην περίοδο της υγειονομικής κρίσης οι σχέσεις και οι αλληλεπιδράσεις μεταξύ των μαθητών/τριών επηρεάστηκαν ιδιαίτερα, καθώς η συνθήκη της τηλεκπαίδευσης δεν ευνοούσε προς αυτήν την κατεύθυνση.

Είναι σημαντικό να εστιάσουμε στη **σύνδεση**, επανασύνδεση και επαναδιαμόρφωση των σχέσεων και αλληλεπιδράσεων μεταξύ των μαθητών/τριών της τάξης. Ιδιαίτερη έμφαση χρειάζεται να δοθεί στην ενίσχυση/ενδυνάμωση των σχέσεων στην α' και β' τάξη κάθε εκπαιδευτικής βαθμίδας, καθώς και σε τάξεις/τμήματα που υπήρχαν μαθητές/τριες χωρίς ή με ελλιπή πρόσβαση/συμμετοχή στην τηλεκπαίδευση ή/και πολλές απουσίες κατά την επιστροφή.



Το σχολείο ως προστατευτικό πλαίσιο σε δύσκολες περιόδους.

Το σχολείο αποτελεί το πλαίσιο που σε δύσκολες περιόδους -όπως της υγειονομικής κρίσης που διανύουμε,- λειτουργεί υποστηρικτικά για τη μαθησιακή και ψυχοκοινωνική προσαρμογή των μαθητών/τριών.

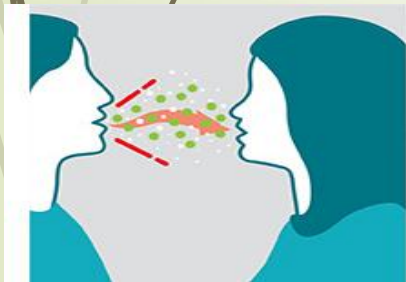
- Επιστρέφοντας στο σχολείο χρονιά το σχολικό περιβάλλον μπορεί για μια ακόμη φορά να αποτελέσει το σταθερό εκείνο πλαίσιο που προάγει τη μάθηση και την ψυχοκοινωνική ανάπτυξη και προσαρμογή των παιδιών, ως κοινότητα που δίνει το αίσθημα στα παιδιά και τους εφήβους «ότι ανήκουν», «τα καταφέρνουν» και παράλληλα «νοιιάζεται» για όλα τα παιδιά/εφήβους και τα «στηρίζει» ισότιμα ανάλογα με τις ανάγκες τους.

Υποστηρικτικό υλικό για εκπαιδευτικούς (2)

- ▶ Διαχείριση Κρίσεων στο Σχολείο: Βασικές αρχές και κατευθύνσεις για εκπαιδευτικούς μαθητών Γ' Λυκείου/Τεχνικών Σχολών 04/01/2021
- ▶ Ομαλή Προσαρμογή μαθητών στο σχολείο 04/05/2020
- ▶ Ψυχική Ανθεκτικότητα Εκπαιδευτικών 04/05/2020
- ▶ Πώς μπορούν να βοηθήσουν οι Εκπαιδευτικοί Ψυχολόγοι μέσα στην πανδημία 04/05/2020
- ▶ Η ενσυνειδητότητα (Mindfulness) ως απάντηση στον κορωνοϊό 08/04/2020
- ▶ Μένουμε ψυχικά ανθεκτικοί μένουμε σπίτι 30/03/2020
- ▶ Πώς να μιλήσετε στα παιδιά για τον κορωνοϊό 30/03/2020
- ▶ Τι εξακολουθούμε να λέμε στα παιδιά για τον κορωνοϊό 30/03/2020
- ▶ Στήριξη χαρισματικών παιδιών 28/04/2020
- ▶ Σεβασμός της ανθρώπινης αξίας 28/04/2020
- ▶ Τι αντίκτυπο έχει το κλείσιμο των σχολείων-έκθεση UNESCO 28/04/2020

Ποιος είναι ο τρόπος μετάδοσης του ιού SARS-CoV-2;

- Παρόλο που ο ιός **SARS-CoV-2** ο οποίος προκαλεί το νόσημα COVID-19 προέρχεται από τα ζώα, μεταδίδεται από άνθρωπο σε άνθρωπο.
- Η μετάδοση θεωρείται ότι γίνεται κυρίως **μέσω του αναπνευστικού με σταγονίδια από το φτέρνισμα, το βήχα ή την εκπνοή** ή όταν οι άνθρωποι **αλληλεπιδρούν μεταξύ τους για κάποιο χρονικό διάστημα σε κοντινή απόσταση (συνήθως λιγότερο από ένα μέτρο)**.
- Αυτά τα σταγονίδια μπορούν στη συνέχεια να εισπνευστούν ή να προσγειωθούν σε επιφάνειες με τις οποίες μπορεί να έρθουν σε επαφή άλλοι, οι οποίοι στη συνέχεια μπορούν να μολυνθούν όταν αγγίζουν τη μύτη, το στόμα ή τα μάτια τους.



Από άνθρωπο σε άνθρωπο

Εάν εισπνεύσουμε τα σταγονίδια που εκκρίνονται όταν βήχει ή φτερνίζεται κάποιος που έχει προσβληθεί από τον ιό



Εάν αγγίζουμε

μολυσμένες επιφάνειες

και στη συνέχεια αγγίζουμε το στόμα, τη μύτη ή τα μάτια μας

Ποια είναι τα συμπτώματα της COVID-19 λοίμωξης;

ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ



Πυρετός



Βήχας



Δυσκολία στην αναπνοή



Κόπωση



Μυϊκοί πόνοι



Πονόλαιμος

Τα κύρια συμπτώματα της νόσου περιλαμβάνουν τα κατωτέρω:

- Πυρετός,
- Φαρυγγαλγία,
- Μυαλγίες,
- Δυσκολία στην αναπνοή
- Βήχας,
- Αρθραλγίες,
- Καταβολή,

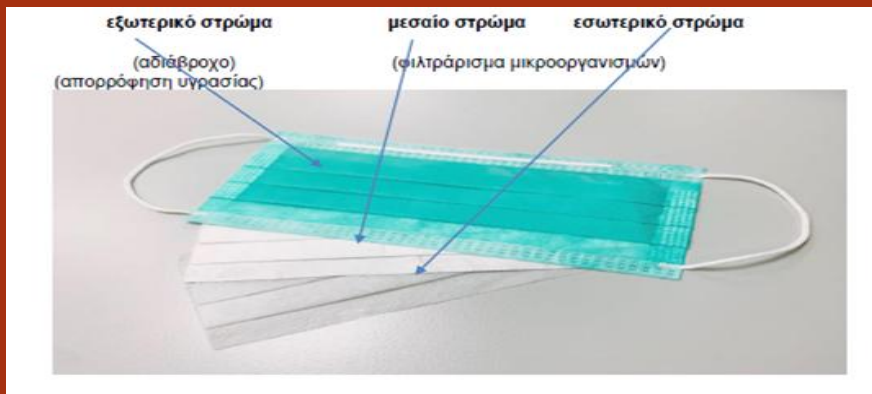
Μέσα ατομικής προστασίας

ΓΑΝΤΙΑ ΜΙΑΣ ΧΡΗΣΗΣ



ΜΑΣΚΑ

Απλή χειρουργική μάσκα



Υφασμάτινη μάσκα



ή

Ειδικά για το προσωπικό της υπηρεσίας υποδοχής, μπορεί να γίνεται χρήση προσωπίου/ασπίδας προσώπου.

Ορθή χρήση μάσκας

Θυμηθείτε! Η σωστή χρήση της μάσκας είναι το κλειδί για την αποτελεσματικότητά της και την προστασία του ατόμου που τη φορά !!!

Πώς πρέπει να χειρίζομαι με ασφάλεια τη μάσκα;

Εφαρμόστε **υγιεινή των χεριών με πλύσιμο ή με αλκοολούχο αντισηπτικό** αμέσως πριν φορέσετε τη μάσκα και οπωσδήποτε πριν την αφαιρέσετε.

Τοποθετήστε τη **μάσκα ώστε να καλύπτει πλήρως τη μύτη, το στόμα και το πηγούνι και να μην υπάρχουν κενά** μεταξύ μάσκας και προσώπου.

Εάν η μάσκα έχει **μεταλλικό έλασμα** πιέστε το απαλά γύρω από τη ράχη της μύτης.

ΜΗΝ αγγίζετε τη μάσκα όταν τη φοράτε γιατί μπορεί να μεταφέρετε τον ιό στα δάκτυλά σας.

Η μάσκα αφαιρείται πιάνοντας μόνο τα κορδόνια πρώτα από κάτω και μετά από πάνω. Εάν πρόκειται για μάσκα με λαστιχένιους βραχίονες, αφαιρείται πιάνοντας ταυτόχρονα τους λαστιχένιους βραχίονες.



Υγιεινή των χεριών

ΒΙΝΤΕΟ ΧΕΡΙΩΝ



Βρέξτε τα χέρια σας με καθαρό, τρεχούμενο νερό.



Ξεπλύνετε τα χέρια σας καλά κάτω από καθαρό, τρεχούμενο νερό.



Απλώστε το σαπούνι σε όλη την επιφάνεια των χεριών σας, στις παλάμες και στις ραχιαίες επιφάνειες τους, ανάμεσα στα δάχτυλά σας και στα ακροδάκτυλα κάτω από τα νύχια σας.



Στεγνώστε τα χέρια σας χρησιμοποιώντας χειροπετσέτα μίας χρήσης ή στεγνώστε με αέρα.



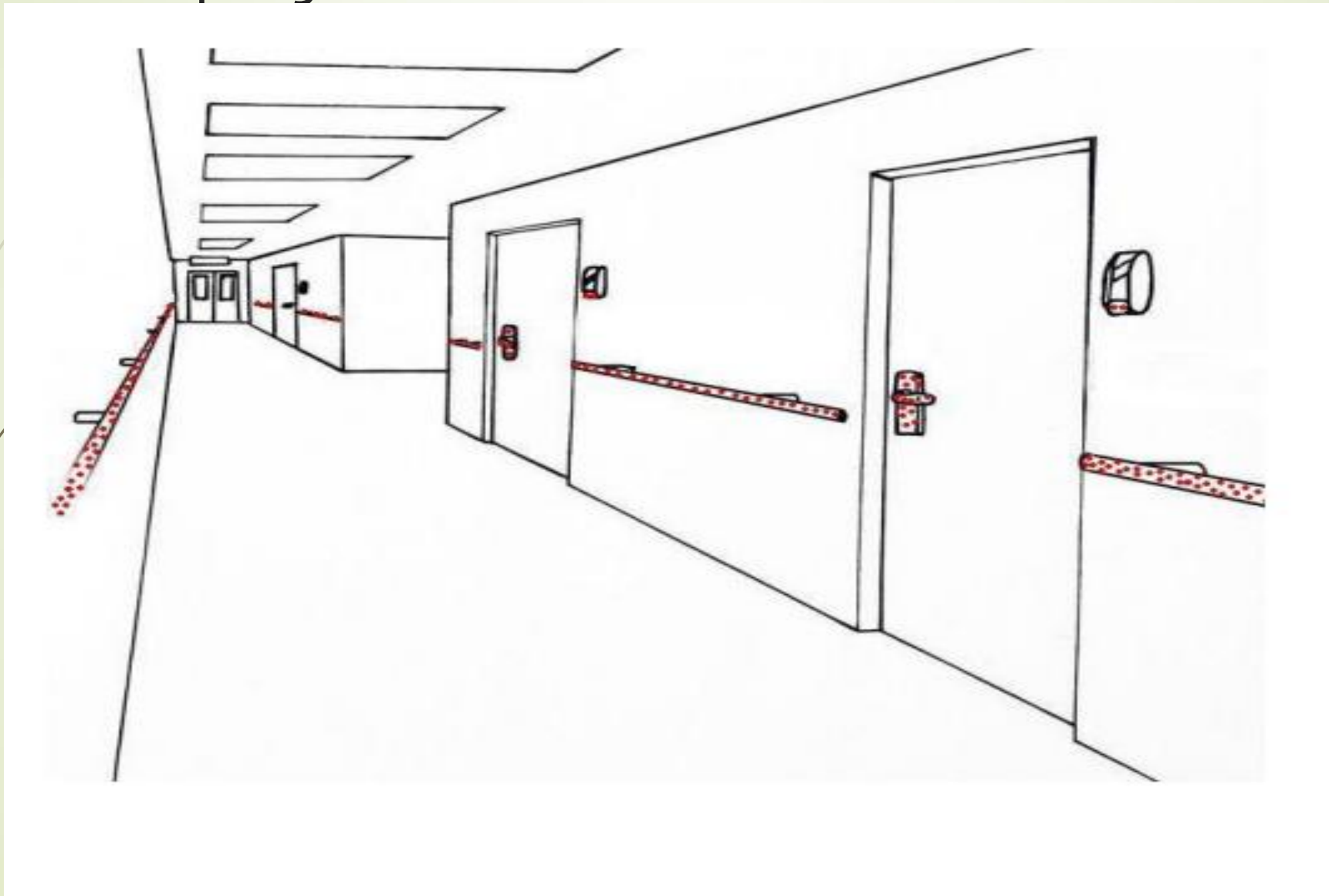
Τρίψτε τα χέρια σας επιμένοντας στα παραπάνω σημεία για τουλάχιστον 20 δευτερόλεπτα.



Αποφύγετε να κλείσετε τη βρύση με τα καθαρά χέρια, χρησιμοποιήστε την χειροπετσέτα την οποία θα πρέπει άμεσα να απορρίψετε σε κάδο απορριμμάτων.

Πηγή: <https://eody.gov.gr/mikroviaki-antochi-kai-loimoxeis-poy-syndeontai-me-choroys-parochis-ygeias/exonosokomeiako-perivallon-koinotita/ygieini-ton-cherion-plirofories-gia-to-koino/>

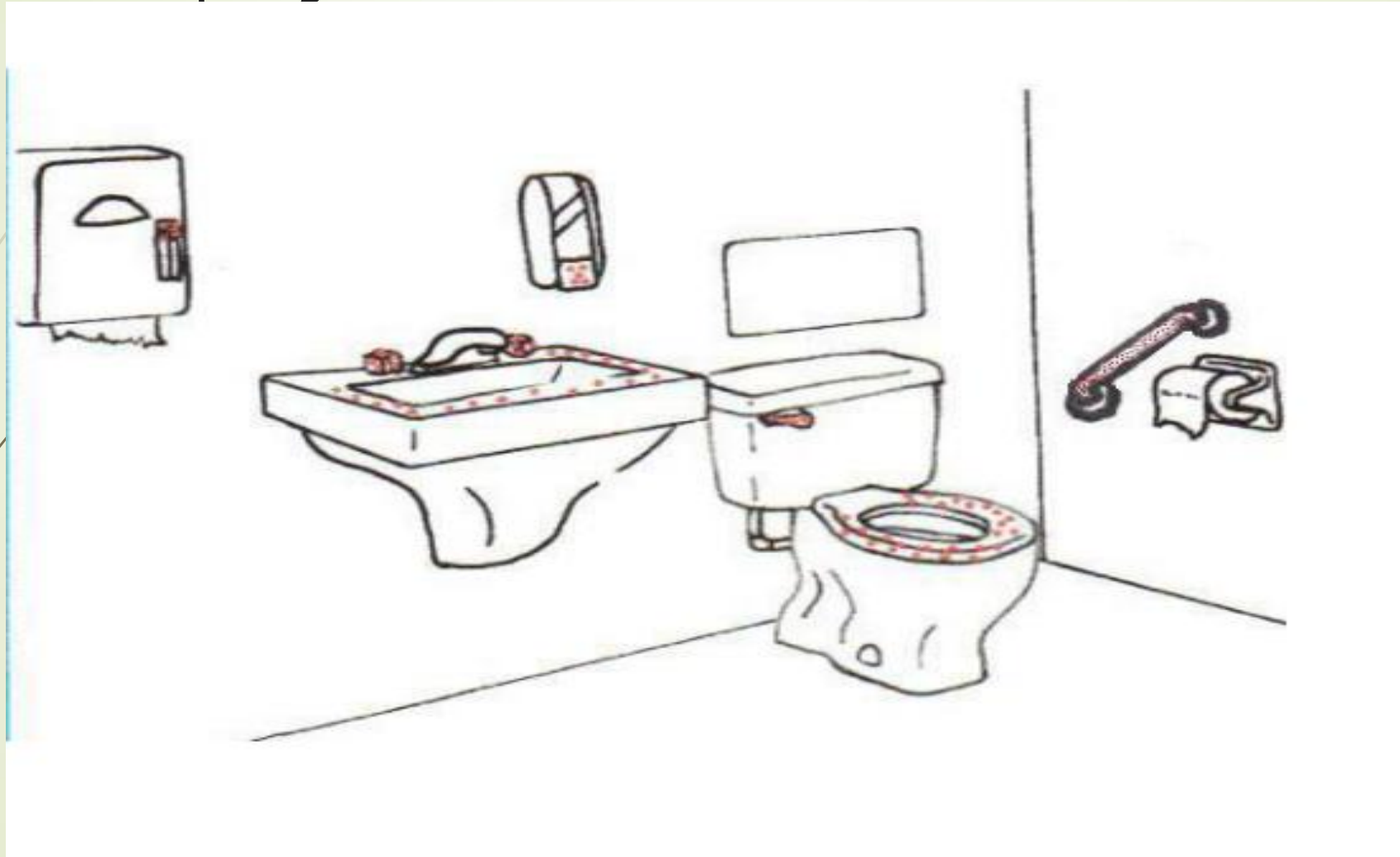
Βρες τον ιό !



Βρες τον ιό !



Βρες τον ιό !

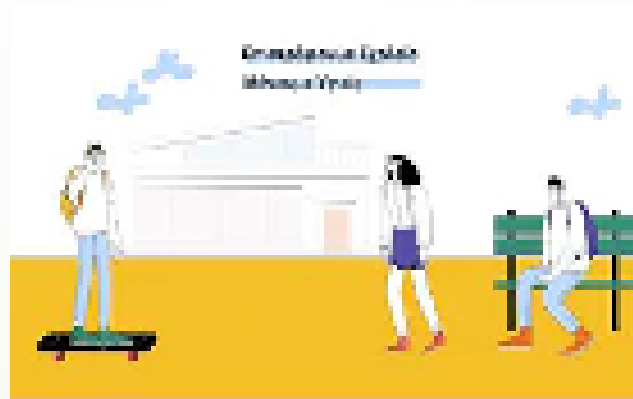
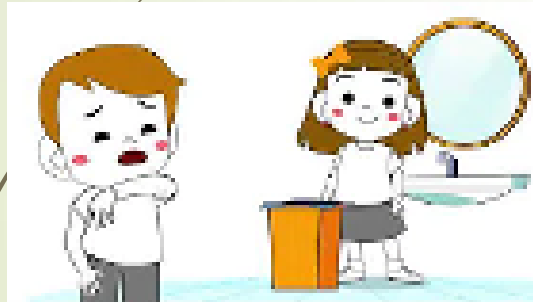


Παιδαγωγικό Ινστιτούτο Κύπρου

Υλικό για τον κορωνοϊό

► Βιντεάκια

https://www.pi.ac.cy/pi/index.php?option=com_content&view=article&id=3089&Itemid=509&lang=el



Παιδαγωγικό Ινστιτούτο Κύπρου Υλικό για τον κορωνοϊό

► Έντυπο υλικό



https://www.pi.ac.cy/pi/index.php?option=com_content&view=article&id=3089&Itemid=509&lang=el

Υποστηρικτικό υλικό για εφήβους και παιδιά

- Πώς μπορούν να βοηθήσουν οι Εκπαιδευτικοί Ψυχολόγοι μέσα στην πανδημία 04/05/2020
- Για Εφήβους - Όταν τελειώσει όλο αυτό 13/04/2020
- Κορώνα (παραμύθι στα ελληνικά) 08/04/2020
- Γονείς και Έφηβοι 08/04/2020
- Αποστολές για Μικρούς Ήρωες 30/03/2020
- Ποιος έκλεψε την Κορώνα μου (παραμύθι) 28/04/2020
- Who stole my crown (children's book) 28/04/2020



Διάφορα

- Bullying phenomenon and preventive programs in Cyprus's school system
05/12/2014
- Prevalence of bullying among Cyprus Elementary and High School students
05/12/2014




Αρθρογραφία

- Αναρτημένο υλικό στην ιστοσελίδα της ΥΕΨ: Πληροφορίες για γονείς - Χειρισμός COVID – 19 (Κορωνοϊός) (Ε. Κάγκα, Φ. Κουρουφέξη, Θ Μουσκουνητή) (4/6/20)
- Αρθρογραφία, Παιδεία News: Θετική Ανταπόκριση στην Κρίση (Ε. Κάγκα, Χ. Λοϊζίδου - 27/4/2020)
- Αρθρογραφία Παιδεία News: Πληροφορίες για γονείς - Χειρισμός Covid – 19 (κορωνοϊός) Ειδικές πληροφορίες για την επαναλειτουργία των σχολείων (Ε. Κάγκα, Χ. Λοϊζίδου – 28/5/2020)
- 18/12/2021: Διάλεξη για τη μέρα εκπαιδευτικού στο Γυμνάσιο Πέρα Χωρίου Νήσου με τίτλο «Από την κρίση στην ανάκαμψη: Η σημασία της ψυχικής υγείας στο σχολικό πλαίσιο» (Ε. Κάγκα, Χ. Λοϊζίδου – 18/12/2021)

Παιδαγωγικό Ινστιτούτο ΚΥΠΡΟΥ με τη συνεργασία της Παγκύπριας Σχολής Γονέων.

- **Μένουμε σπίτι και μαθαίνουμε δημιουργώντας για το Περιβάλλον**
- Το υλικό για γονείς και παιδιά «ΜΕΝΟΥΜΕ ΣΠΙΤΙ ΚΑΙ ΜΑΘΑΙΝΟΥΜΕ ΔΗΜΙΟΥΡΓΩΝΤΑΣ ΓΙΑ ΤΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ», αποτελεί μια πρωτοβουλία της Μονάδας Εκπαίδευσης για το Περιβάλλον και την Αειφόρο Ανάπτυξη (ΕΠΑΑ) (Παιδαγωγικό Ινστιτούτο/Υπουργείο Παιδείας Πολιτισμού Αθλητισμού και Νεολαίας), με τη συνεργασία της Παγκύπριας Σχολής Γονέων.
- Το υλικό, απευθύνεται στους γονείς και στα παιδιά των ηλικιών 4-11 χρονών και αφορά α) στην Προδημοτική Εκπαίδευση και στον κατώτερο κύκλο της Δημοτικής Εκπαίδευσης και β) στη Δημοτική Εκπαίδευση γενικότερα και στοχεύει στην παιδαγωγική υποστήριξη των γονέων και των παιδιών κατά την περίοδο της παραμονής μας στο σπίτι, για την αντιμετώπιση της διασποράς του COVID-19, τη διασφάλιση της δημόσιας υγείας, την αυτοπροστασία μας και την προστασία των δικών μας ανθρώπων.
- Το υλικό χωρίζεται σε πέντε (πέντε) βασικές κατηγορίες που αφορούν σε: α) απλές κατασκευές με θέμα το περιβάλλον, β) απλά πειράματα σχετικά με το περιβάλλον, γ) ευχάριστες παιδαγωγικές δραστηριότητες περιβαλλοντικού χαρακτήρα, δ) διαδραστικά παιχνίδια με περιβαλλοντικό περιεχόμενο, ε) ηλεκτρονικά περιβαλλοντικά παραμύθια (e-books) και είναι αναρτημένο στην ιστοσελίδα του Δικτύου Κέντρων Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης (Μονάδα ΕΠΠΑ) στο σύνδεσμο υλικό για γονείς <http://www.moec.gov.cy/dkpe/index.html>



Προσέχουμε

τη σωματική και ψυχική μας υγεία για να μπορούμε να είμαστε σε θέση να παρέχουμε στήριξη και βοήθεια στους εαυτούς μας και στα παιδιά μας. Γινόμαστε πρότυπα ψυχραιμής και υπεύθυνης στάσης σύμφωνα με τις βασικές οδηγίες φορέων υγείας. Ενημερωνόμαστε από έγκυρες και αξιόπιστες πηγές και αποφεύγουμε την υπερβολική έκθεση στα Μ.Μ.Ε. και το διαδίκτυο.

Περιβάλλουμε

τα δυσάρεστα συναισθήματα των παιδιών με σεβασμό και κατανόηση, δίνοντας πληροφορίες για τα γεγονότα με σαφήνεια, χωρίς υπερβολές. Είναι ανακουφιστικό για τα παιδιά να γνωρίζουν πως είναι φυσιολογικό να βιώνουν διαφορετικά και δυσάρεστα συναισθήματα λόγω της ιδιαίτερης κατάστασης και πως σταδιακά η καθημερινότητα θα επανέλθει σε προηγούμενους ρυθμούς.

Συμμετέχουμε

με τα παιδιά στη διαμόρφωση του καθημερινού προγράμματος με εναλλαγή δραστηριοτήτων (π.χ. εκπαιδευτικές δραστηριότητες, γυμναστική στο σπίτι, Chat, επικοινωνία με φίλους, ελεύθερος χρόνος). Δίνουμε στα παιδιά «χώρο» να εκφραστούν και να επιλέξουν την επιμέρους στοχοθεσία της ημέρας, ώστε να διατηρούν την αίσθηση ελέγχου που είναι απαραίτητη, όταν βιώνουν συνθήκες αποσταθεροποίησης.

Απέχουμε

από συζητήσεις παραπληροφοριακού τύπου



Σας ευχαριστούμε για το
χρόνο σας!!