

"עת צרה היא ליעקב וממנה יושע" איך לדבר עם ילדים על קורונה?



שלום וברכה,

בימים אלו, רבו השאלות בנושא הסברת המציאות אשר פקדה אותנו לילדינו. איך מסבירים לילד למה החדר סגור ולמה אבא מתפלל כבר שבוע ללא מניין? למה לא מבקרים את סבתא ומה מסוכן בוירוס הקורונה?

הנה כמה עצות ודרכי פעולה מטעם הפסיכולוגים העובדים בתחנה החרדית בשירות הפסיכולוגי בירושלים:

- ראשית, כדאי לומר את האמת. אין מה להסתיר. כאשר מסתירים ומחביאים עלולות לצוץ החרדות...
- תנו לילדים את התחושה שהם יכולים לשאול הכל. לכל שאלה יש תשובה הגיונית שבבסיסה המטרה לשמור על בריאותנו.
- הזכירו להם שכל השינויים בהתנהלות ובהתנהגות, מטרתן לשמור על בריאותנו: בידוד, ביטול לימודים, שמירה קפדנית על הגיינה וכו'.
- ספרו להם שווירוס הקורונה, על פי רוב, אינו מסוכן לילדים וצעירים, אך ביכולתם של הילדים למנוע את המחלה מאנשים אחרים, אילו רק יקפידו על ההוראות וכללי ההרחקה.
- עדכנו אותם שמערכת הבריאות בישראל ערוכה למציאות זו מבעוד ממועד ושיש מי שידאג גם לאלו שחוו"ח יידבקו בנגיף.
- לילדים קטנים (סביב גיל הגן), ספרו את הדברים בצורה מוחשית. הראו להם תמונות וציירו יחד ציורים.
- הרבו בתפילה ובבקשה – תפילה ואמונה נוסכות בנו בטחון.
- נסו לרתום את הילדים לעזרה לאחרים: בני משפחה מבוגרים, שכנים שבבידוד וכד' שהרי "שלוחי מצוה אינן ניזוקין".
- נצלו את ההזדמנות לחינוך להגיינה ולניקיון- "והיה מחניך קדוש", אך ללא הגזמה וכפייתיות!

בברכת "והסירותי מחלה מקרבך",

שפ"ח ירושלים

שם התחנה	כתובת	דרכי תקשורת
ירושלים צפון פסגת - זאב	רח' שמואל תמיר 74 פסגת-זאב מערב	טל' 02-6564701 02-6564702 פקס 02-6564703
ירושלים דרום פת	רח' אריה בעהם 7	טל' 02-6799367/8/9 פקס 02-6799374
ירושלים מזרח גילה הר חומה-תלפ"ז	רח' פייר קנינג 33 בניין 3, קומה 5	טל' 02-6762079 פקס 02-6761442
ירושלים מערב קריית יובל	רח' גרינוולד 8	טל' 02-5456649 פקס 02-6434675
ירושלים צפון-מערב רמות	רח' מעוז 1 רמות א' ת.ד. 23725	טל' 02-5710669 02-5710927 פקס 02-5713372
ירושלים חרדים	רח' הלל 27 ת.ד. 775	טל' 02-5456830/1/2 פקס 02-6259378
ירושלים מזרח העיר בית חנינא	דרך אימאם מסלם	טל' 02-5850332 02-6563207 פקס 02-5854636
ירושלים מזרח העיר שער הפרחים	אל-ראשיד 4	טל' 02-5468184 פקס 02-5468201