

Greinasafn (<http://bakhjarl.menntamidja.is/category/greinar/>)

# Hvernig geta fullorðnir talað við börn um Covid-19?



18. mars, 2020 (<http://bakhjarl.menntamidja.is/2020/03/18/hvernig-geta-fullordnir-talad-vid-born-um-covid-19/>)

👤 esteryr (<http://bakhjarl.menntamidja.is/author/esteryr/>)

(<http://bakhjarl.menntamidja.is/2020/03/18/hvernig-geta-fullordnir-talad-vid-born-um-covid-19/?print=pdf>)

(<http://bakhjarl.menntamidja.is/2020/03/18/hvernig-geta-fullordnir-talad-vid-born-um-covid-19/?print=print>)

Höfundur er **Guðrún Kristinsdóttir**, prófessor emeríta.

Margir kennarar og foreldrar eru færir í að tala við börn um erfiða hluti. Það sakar samt ekki að rifja upp nokkur atriði nú þegar við erum upptekin af Covid-19. Daglega heyra börn um veiruna, sjúkdóma og dauðsföll sem henni tengjast og sum í návígi. Skólinn og frístundin tekur á þessu og eðlilega margir foreldrar.



Reynsluboltarnir Raundalen og Schultz skrifuðu bókina „Kan vi snakke med barn om allt?“ [Getum við talað við börn um allt?]. Svar þeirra er ótvírætt **JÁ**. Foreldrar, afar, ömmur, kennarar og leikskólakennarar geta rætt opið við börn um allt, það sem gerist heima, í samfélaginu og heiminum. En hvernig?



*Hvað veit barnið?* Fyrsta ráðið er að svara spurningum þegar þær koma. Mörg börn eru athugulli en fullorðnir halda, fylgjast með og búa til skýringar. Það er gott að athuga fyrst hvað þau vita. Yngstu börnin fylgjast kannski minna með fréttum, en þau geta heyrt/fylgst með tali foreldra eða annarra og verið með hugmyndir um veiruna og ástandið. Umræða um sjúkdóminn þarf auðvitað að taka mið af aldri/proska barna, og rétt er að gefa yngsta hópnum líka færi á að ræða þetta, þau eru pottþétt með þælingar. Þá er best að byrja umræðuna með opnum spurningum, t.d. um handþvottinn, „af hverju eru allir að þvo sér svo mikið um hendurnar núna?“

*Spurningastund* Ein hugmynd fyrir kennara er að byrja daginn á spurningatíma og hvetja börnin til að spyrja og ræða. Sum vita um fólk í sóttkví eða þá sem eru veikir og hafa eitthvað að segja. Vafalítið hafa önnur börn áhyggjur. Samræður létta undir. Með spurningastund má afmarka tímann til að ræða veirumálin. Það er óæskilegt að hafa þau á dagskrá allan tímann. Gott er að enda spurningastundina með því að segja að þeir sem hafa frekari spurningar eða áhyggjur, megi koma með þær í lok tímans. Börn eru misdugleg að tjá sig í hópi og einhver feimin eða kvíðin kunna að sitja inni með áhyggjur.

*Byrjaðu hægt og rólega* Best er að byrja með róandi skilaboðum Til dæmis með að segja **að þó** mikið sé talað um veiruna sé ólíklegt að öll börn eða allt fólk muni veikjast. Fullt af fólk sé að vinna að því að minnka hættuna af sjúkdómnum. Varastu að gera lítið úr málinu, svaraðu öllum spurningum eða segðu að þú vitir ekki og skulir athuga það. Taktu efnið í smáskömmtum. Gott er að gera eins og þegar við opnum gosflösku sem hefur verið hrist, opna og hella hægt og litlu í einu. Síðan getum við hellt afganginum hægt og rólega.



*Vertu skýr* Skýr boðskapur dregur úr óöryggi okkar og barnanna. Einbeittu þér og talaðu á mannamáli. Þó að efnið sé erfitt skulum við muna að vera róleg. Kennarar og aðrir sem vinna daglega með börnum eru vanir að undirbúa sig sem er sjálfsagt í þessu sem öðru. Eigið öryggi róar, börnin sjá að við þekkjum til málsins og látum okkur það varða.


*Hlustaðu og gefðu kost á að spyrja* Það er mikilvægt að hlusta. Þumalfingursreglan er að **hlusta helmingi lengur** en tala.


*Gakktu úr skugga um að börnin skilji.* Til dæmis er mikið rætt um gamalt fólk í hættu. Skilningur barna er mismunandi – er afi minn gamall eða frænka mín? Munu þau deyja? Staðfestu það sem er rétt og bættu við smá upplýsingum. Til dæmis: Hvað er smit, hvað er sóttkví? Kannski vilja börnin teikna sem getur opnað umræðuna.


*Svo má finna fræðandi leiki og myndbönd Sjá t.d. Dansa með Wiggles*


---


#### Share this:

 (<http://bakhjarl.menntamidja.is/2020/03/18/hvernig-geta-fullordnir-talad-vid-born-um-covid-19/?share=twitter&nb=1>)

 (<http://bakhjarl.menntamidja.is/2020/03/18/hvernig-geta-fullordnir-talad-vid-born-um-covid-19/?share=facebook&nb=1>)

 (<http://bakhjarl.menntamidja.is/2020/03/18/hvernig-geta-fullordnir-talad-vid-born-um-covid-19/?share=linkedin&nb=1>)

 (<http://bakhjarl.menntamidja.is/2020/03/18/hvernig-geta-fullordnir-talad-vid-born-um-covid-19/?share=pinterest&nb=1>)

 (<http://bakhjarl.menntamidja.is/2020/03/18/hvernig-geta-fullordnir-talad-vid-born-um-covid-19/#print>)

---

[← Að hafa gaman, leika og læra](#)

[Hollráð - hlúð að heilsu →](#)

(<http://bakhjarl.menntamidja.is/2020/03/18/ad-hafa-gaman-leika-og-laera/>)



#### Leave a Comment

---

**WordPress Social Login is not configured yet.**

Please navigate to **Settings > WP Social Login** to configure this plugin.

For more information, refer to the online user guide (<http://miled.github.io/wordpress-social-login>)..

Comment

Name

Email

Website URL

**Save my name, email, and website in this browser for the next time I comment.**

**Add Comment**



