

# JAK ROZMAWIAĆ O TYM Z DZIEĆMI?

## WYTŁUMACZ, JAKA JEST SYTUACJA

(nie kłam, nie omijaj tego tematu - inaczej dziecko nie będzie wiedziało, jak się zachować!)

## ZWRÓĆ UWAGĘ NA EMOCJE

(podkreśl, że strach jest naturalny oraz powiedz, jak można go odczuwać,  
np. ból brzucha, przyspieszony oddech, potliwość, itp.)

## WSKAŹ, CO MOŻNA ZROBIĆ

(tj. dokładne mycie rąk, niewychodzenie z domu, relaksacja, rozmowa z Rodzicem)

## POWIEDZ O SWOIM WSPARCIU

(podkreśl, że może liczyć na rozmowę z Tobą oraz wysłuchanie ZAWSZE, kiedy tego potrzebuje)

## CHWAŁ JEGO ZACHOWANIA ZWIĄZANE Z OSTROŻNOŚCIĄ

(wzmacniaj wszelkie zachowania prewencyjne, ale bądź czujny, aby dziecko nie wpadło  
w spiralę stresu - w takim przypadku ponownie podejmij rozmowę o tej sytuacji)



## RODZICU!

Pamiętaj, że Dziecko  
obserwuje Twoje reakcje  
i stara się je naśladować! Twój  
wzorzec ma ogromny wpływ  
na jego przyszłość.