ОГКУ СО «Социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних г. Иркутска»
Отделение сопровождения замещающих семей Ленинского района.

Май, 2020 год.

Выпуск № 5, 2020 год.

В этом выпуске:

Май. 1

Рубрика в помощь семьям: Самоизоляция с детьми— как избежать стресса? 2

Наши мероприятия: Он-лайн конкурс рисунков «Победа глазами детей»

Фотоконкурс «Наш веселый карантин»

Выдача индивидуальных средств защиты замещаю- 3

В следующем номере. 4

Май!!!!!
Наступает месяц май.
Птицы радостно запели,
Возвратившись в милый край.
Зацвели, зазеленели
Все деревья и кусты,
Снова пчелы полетели.
За нектаром на цветы.

Наши именинники:

Ребята! Поздравляем Вас с днём рождения!
Лисовская Ангелина
Линков Альберт
Романов Максим
Исаев Роман

Желаем Вам успехов в учёбе, хороших друзей и радостного настроения!!!!!

Рубрика в помощь семьям:

Самоизоляция с детьми—как избежать стресса?

Не секрет, что за несколько недель сидения дома люди уже бесконечно устали. Хочется выйти из онлайн и просто прогуляться по улице. Даже если кто-то из родителей продолжает ходить на работу, от этого не легче. Особенно, если дома дети, которым в этот период тоже надо учиться.

Во-первых, собираясь говорить с ребенком, нужно быть в максимально ресурсном и спокойном состоянии.

Во-вторых, не надо делать лишних вещей. Например, ребенку-дошкольнику не надо детализировать: ему совершенно не нужна статистика смертей или масштаб распространение вируса по миру. Надо сказать, что взрослые столкнулись со сложной ситуацией, которую вызвал маленький злобный вирус. Но взрослые с этой ситуацией справляются, придумывают вакцину. Можно говорить, что вирус пришел от летучей мыши – можно не говорить. Маленькие дети с живым воображением могут потом начать бояться летучих мышей, да и вообще всех мышей. Чувствительным детям надо вообще давать минимум информации.

Со школьником можно говорить иначе. Нужно опираться на его опыт. Они же знают, что есть вирусы. Вот каждый год кто-то болеет гриппом. Это тоже вирус, но немного другой. А этот очень хитрый, он умеет прятаться, у него долгий период без симптомов. Многие даже не знают, что они болеют. Надо рассказать, что сейчас все закрылось именно потому, что вирус невидимый.

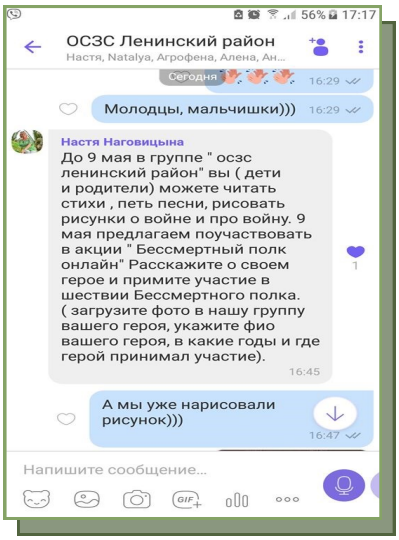
На самом деле, школьники и подростки уже все схватили из контекста наших разговоров. Им нужно просто что-то уточнить, потому что, бывает, они схватили не очень верно. Нужно сказать, что вакцина будет не раньше, чем через год, и нужно быть осторожными.

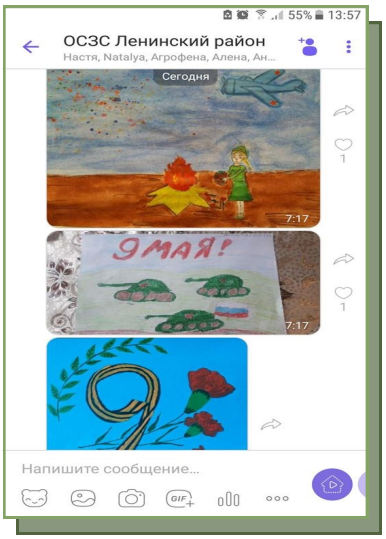
Как избежать конфликтов с детьми в период самоизоляции, особенно если живешь на небольшой площади, и всем не хватает личного пространства? Нужно договориться, что, несмотря на то, что вы друг друга любите, вы друг от друга можете уставать. Что если вы ушли и закрылись в ванной, значит вы устали и вам нужно одиночество. Время в одиночестве – это абсолютно нормально. Эта потребность есть у всех и у ребенка, и у подростка, и у взрослых. Если есть возможность уйти в другую комнату – уходите. Если есть возможность ставить внутренние запоры в комнату – это можно и нужно делать. Можно рисовать смешные таблички типа «Не влезай – убьет». Но сначала надо узаконить право быть одному. Маленьким детям, которым сложно это понимать, можно заводить таймер. Пока он тикает – вас для них нет. Нужно объяснить, что если мама ушла и закрыла дверь – это не значит, что она вас не любит. Это значит, маме надо подзарядить батарейку. Эта метафора батареек также хорошо подходит для школьников.

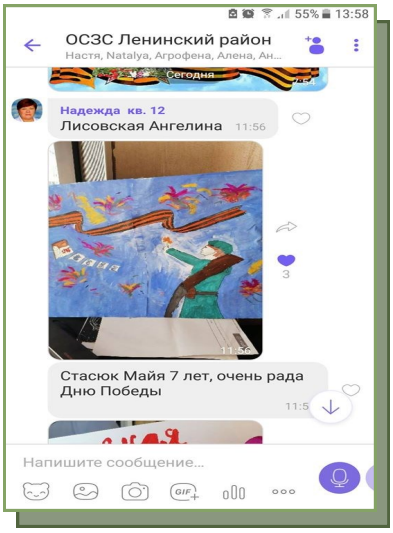
Надо договориться о долгом ожидании: карантин, наверное, продлится еще несколько недель. Хороший способ собрать ожидания – кто чего хочет. Может быть, мама давно хотела повязать, а папа посмотреть научно-популярный сериал, а подросток надеялся, что ему дадут поснимать клипы для «ТикТок» и купят штатив. Все думают, что их желания очевидны для остальных, но это не так. Если желания собрать, вербализовать, то будет гораздо лучше.

Наши мероприятия:

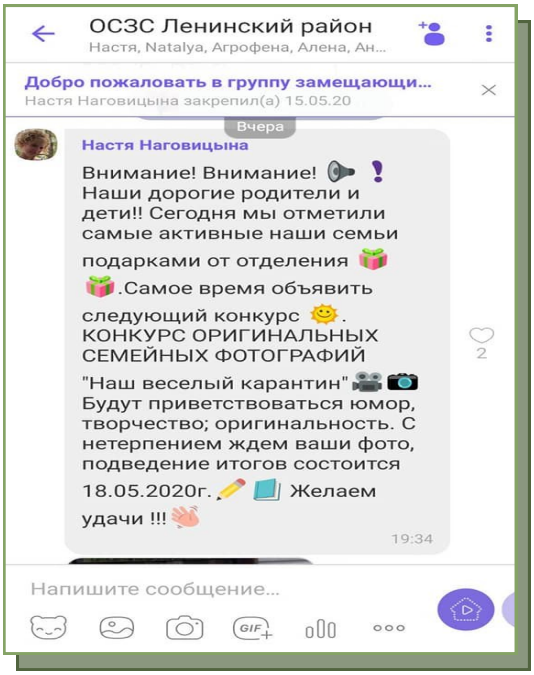
Он –лайн конкурс рисунков «Победа глазами детей»

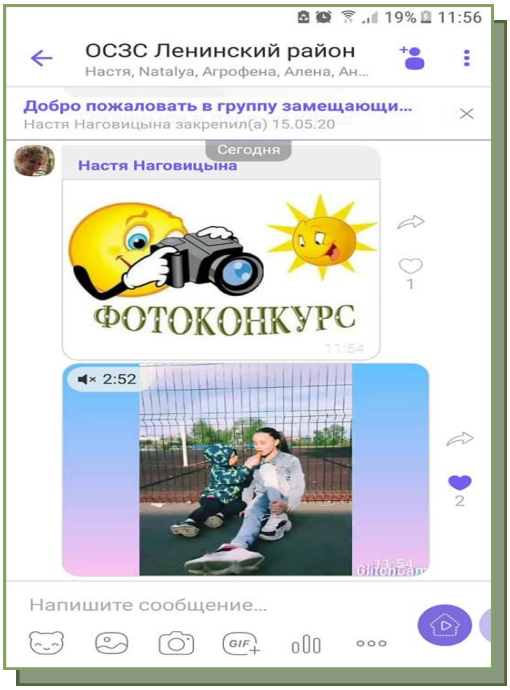






Фотоконкурс «Наш веселый карантин»





Выдача индивидуальных средств защиты замещающим семьям

Читайте в следующем номере:

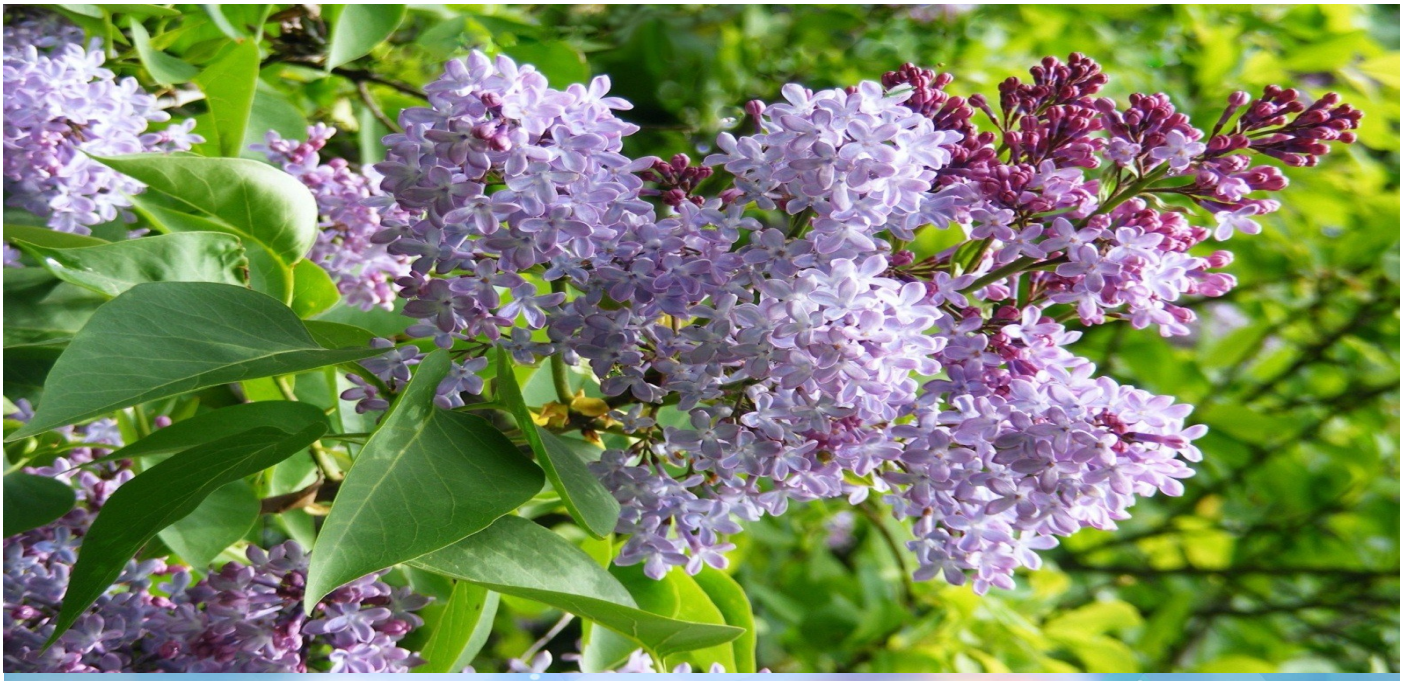
Месяц Июнь.

Наши именинники.

Рубрика в помощь семьям: Правила безопасности детей в период летних каникул

Наши мероприятия:

Поздравление от специалистов ОСЗС с Днем защиты детей



Отделение сопровождения замещающих семей Ленинского района, г. Иркутск, ул. Ленинградская, 91; тел.: 32-00-98; 32-00-99.

Номер подготовил специалист по социальной работе ОСЗС Зайцева Е.Л.

Газета издаётся 1 раз в месяц.