

WHOがコロナ禍の親の心構え「6カ条」

新型コロナウイルス禍の子どもたちの不安を取り除こうと、世界保健機関(WHO)は、親が心掛けるべき「6カ条」を公表しました。ここでは、短時間でも子どもと一緒に遊ぶ時間をつくったり、新型コロナについて共に学んだりすることなどを奨励しています。

コロナ禍の親の心構え「6カ条」

- 子どもと1対1の時間をつくる
- 親が前向きに物事をきちんと伝える
- 新しいルーティンをつくる
- 子どもが「悪い子」になったときには一呼吸置く
- 落ち着いて、ストレスと向き合う
- 新型コロナウイルス感染症について、正確な情報を話す

子どもとの接し方の
参考になりませんか？
世界中の親も同じように
悩んでいるんですね！

※世界保健機関(WHO)による

「子どもと1対1の時間をつくる」では・・・ゲーム感覚で一緒に家事をするなど

「親が前向きに物事をきちんと伝える」では・・・

子どもが良いことをしたときはたくさん褒めるよう心掛けること

「新しいルーティンをつくる」では・・・

日々の活動や自由時間を子どもたち自身に計画させたり、毎日運動する時間を取ったりすること

「子どもが悪い子になったときには一呼吸置く」では・・・

親が叱る時、大声で叫ぶ前にゆっくりと深呼吸すること

「ストレスと向き合う」では

親自身が健康であるために休息をしっかり取ること

「新型コロナウイルス感染症について、正確な情報を話す」は

子どもから尋ねられて分からない場合でも、共に考えようとする

【ところでWHOって何？】

WHOは世界保健機関(World Health Organization)のことで、1948年4月7日に、すべての人々の健康を増進し保護するため互いに他の国々と協力する目的で設立されました。

本部があるのはスイスのジュネーブで、194の国と地域が加盟しています。