**BIJLAGE**

**Met uw kind praten over CORONA – Enkele adviezen**

Net als volwassenen horen, zien en lezen kinderen het nieuws. Mogelijk zijn ze wat ongerust, nu het CORONA-virus voortdurend aan bod komt in de media.

Hieronder vindt u vijf adviezen om het gesprek met uw kind aan te gaan.

**1. Luister vooral**

Vertrek vanuit de behoeftes van uw kind: wil het praten, wil het vooral meer informatie, met zijn of haar gevoelens aan de slag, of het laten bezinken?

Elk kind is anders en gaat op een eigen manier met heftig nieuws om. Stel daarom vragen en laat uw kind vooral zelf vertellen. Wat heeft uw kind gezien, gehoord en gelezen? Wat vindt hij of zij ervan?

**2. Geef emoties een plek**

Het is niet abnormaal wanneer kinderen wat onrustig, wantrouwig of zelfs angstig zijn. Het is dan ook belangrijk dat ze deze gevoelens kunnen uiten, bijvoorbeeld door over het nieuws te praten, erover te tekenen of te schrijven. Dit vergemakkelijkt de verwerking van hun indrukken.

Daarnaast hoeft u uw eigen emoties ook niet te verstoppen. Het is daarbij wel belangrijk dat u deze emoties ook meteen duidt.

**3. Benadruk de zeldzaamheid**

Leg uit dat een dergelijke epidemie niet vaak voorkomt, en dat het net daarom groot nieuws is waarover iedereen praat. Net zoals dat bij een natuurramp, een bizar ongeluk of een aanslag het geval is. Dat inzicht helpt uw kind om de omvang van de gebeurtenissen een plaats te kunnen geven.

**4. Blijf bij de feiten**

Kinderen zijn nieuwsgierig en willen vaak heel praktische dingen weten. U beantwoordt best alleen de vragen die uw kind stelt. Geef eerlijke antwoorden; dramatiseer of minimaliseer dus niet. Houd er rekening mee dat te complexe verklaringen tot meer angst of verwarring kunnen leiden.

De huidige situatie met betrekking tot het CORONA-virus biedt mogelijkheden om uw kind erop te wijzen dat er veel ‘hoaxes’ (foutieve verhalen en gemanipuleerde beelden) de ronde doen. Websites zoals [www.snopes.com](http://www.snopes.com) en [www.hoaxmelding.nl](http://www.hoaxmelding.nl) helpen zulke hoaxes te ontmaskeren.

**5. Benoem ook positieve dingen**

U kan uw kind vertellen dat overheden wereldwijd maatregelen nemen om verdere besmettingen in te dijken. Daarnaast staan hulpverleners klaar om zieken op te vangen en te helpen.