

5 PRINCIPAIS MANEIRAS DE CAPACITAR

E PROTEGER SEUS FILHOS DURANTE A PANDEMIA DA COVID 19

Muitas crianças e jovens têm sido afetados pelo fechamento das escolas e por um confinamento rigoroso. Portanto, as crianças têm que passar a maior parte de seu tempo em casa. Este confinamento é o momento para os pais serem pró-ativos na segurança de seus filhos. Há 5 maneiras principais de proteger seus filhos durante a pandemia da covid-19, descritas a seguir:



1. Mantenha a comunicação aberta, menos crianças em risco

É muito importante que os pais reforcem diariamente as ações preventivas e ensinem seus filhos a lidar com os riscos quando abordados por estranhos, tanto offline como online:

- Tenha conversas francas com seus filhos sobre com quem eles se comunicam;
- Como se sentem em relação a eles.

Os responsáveis devem sempre estar atentos aos sinais de desconforto nas crianças, que possam surgir por causa de suas atividades. Mantenha a comunicação aberta.

2. Ensine seus filhos a serem inteligentes em relação a desconhecidos

O distanciamento social é uma boa prática para ajudar as crianças a se manterem longe do vírus, mas não de desconhecidos perigosos. Ajude seus filhos a praticar hábitos inteligentes on-line e como lidar com cenários perigosos off-line. Ensine seus filhos a adotar o poder de dizer "NÃO" em situações que os deixem desconfortáveis:



Diga "NÃO" ao convite de um desconhecido



"FIQUE LONGE" de desconhecidos imediatamente



"CONTE" aos pais

3. Ajude seus filhos a lidar com os riscos sozinhos

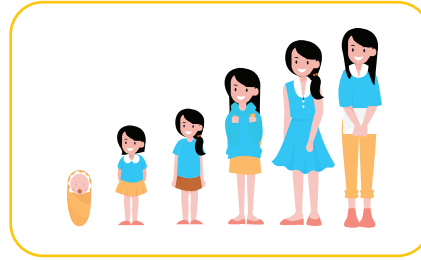
É crucial que as crianças compreendam este processo para ajudá-las a tomar decisões inteligentes e seguras quando estão em situações desconfortáveis, à medida que caminham em direção à independência. Os responsáveis devem encorajar as crianças a utilizar as etapas de tomada de decisão quando as elas recebem um convite de estranhos:

- ✓ Você se sente à vontade?
- ✓ Seus pais sabem onde você está?
- ✓ Há alguma ajuda por perto?

Se houver um "NÃO" em qualquer uma dessas perguntas, saia imediatamente.

4. Proteja seus filhos do perigo

Com a COVID-19 acontecendo no momento, os pais estão preparados para proteger seus filhos do vírus, mas muitas vezes esquecem que eles podem ser potencialmente expostos ao perigo. É importante que os pais ensinem seus filhos sobre segurança, de acordo com a faixa etária:



De 0 a 3 anos

- Sempre garanta que estejam à vista e ao alcance; nunca devem ser deixados sozinhos.

De 4 a 6 anos

- Sempre garanta que estejam à vista e ao alcance da voz. Nunca deixe-os desacompanhados.

De 7 a 9 anos

- Sempre garanta que os cuidadores possam intervir quando se tratar do perigo. Nunca deixá-los fora de vista.

De 10 a 12 anos

- Podem deixá-los sozinhos desde que não estejam em circunstâncias que exijam responsabilidade inadequada.

De 13 a 15 anos

- Podem ser deixados sem supervisão ou viajar, desde que estejam seguros e possam ser contatados por telefone.

De 15 a 18 anos

- Podem viajar sozinhos e ser deixados sem supervisão. Dê autonomia à eles, deixando-os tomar suas próprias decisões de forma segura. Em vez de serem disciplinadores, os responsáveis podem assumir um papel de mentores e guias.

É importante estar atento à segurança dos bairros vizinhos. Comunicar atividades ou pessoas suspeitas às autoridades policiais. Não deixe seus filhos perto deles.

5. Escute seus filhos



Ao longo do dia, as crianças passam por muitos momentos de alegria e frustração. Ouvir seus filhos é a habilidade que você, como responsável, pode usar.

- ✓ Ao ouvi-los você está comunicando que são dignos de sua atenção.
- ✓ Fortaleça o vínculo pai-filho.
- ✓ Permita que eles compartilhem a percepção do seu estado emocional.

A aceitação é fundamental quando você está ouvindo seus filhos; é importante saber que não há julgamento ou avaliação do que eles estão dizendo.



social assistance center hotline 1300



The center for protection of children's rights foundation

Infographic by the center for the protection of children's rights foundation.

TEL.0-2412-0739

www.thaichildrights.org



Partage
avec les enfants du monde