

From the School Psychologist

TALKING TO YOUR CHILD ABOUT COVID-19

DEAR FAMILIES,

As much as adults may try to avoid difficult topics, children often learn or know when something sad or scary happens. If adults don't talk to them about it, a child may overestimate what is wrong or misunderstand adults' silence. So, be the first to bring up the difficult topic. When parents tackle difficult conversations, they let their children know that they are available and supportive. The conversation may not seem easy, but taking a proactive stance, discussing difficult events in age-appropriate language can help a child feel safer and more secure.

I hope these resources help you navigate this unique time with your child.

[https://www.nasponline.org/resources-and-publications/resources-and-podcasts/school-climate-safety-and-crisis/health-crisis-resources/talking-to-children-about-covid-19-\(coronavirus\)-a-parent-resource](https://www.nasponline.org/resources-and-publications/resources-and-podcasts/school-climate-safety-and-crisis/health-crisis-resources/talking-to-children-about-covid-19-(coronavirus)-a-parent-resource) – This handout contains guidelines on how to talk to your child about COVID-19 (Coronavirus).

[Coronavirus video](#) – This Brain POP video explains the Coronavirus using kid-friendly pictures and terms.

In Partnership,

Melissa McLean

School Psychologist

Upper Adams School District

HABLANDO CON TU HIJO SOBRE COVID-19

Queridas Familias,

Por mucho que los adultos intenten evitar temas difíciles, muchas veces los niños aprenden o saben cuando sucede algo triste o de miedo. Si los adultos no les dicen nada, un niño puede sobreestimar lo que está mal o malinterpretar el silencio de los adultos. Así que, sé el primero en sacar el tema difícil. Cuando los padres atacan conversaciones difíciles, les hacen saber a sus hijos que están disponibles y que los apoyan. Puede que la conversación no

parezca fácil, pero al ser proactivo y discutir eventos difíciles un lenguaje apropiado para la edad, puede ayudar a que un niño se sienta más seguro y protegido.

Espero que estos recursos lo ayuden a navegar este momento único con su hijo.

[https://www.nasponline.org/resources-and-publications/resources-and-podcasts/school-climate-safety-and-crisis/health-crisis-resources/talking-to-children-about-covid-19-\(coronavirus\)-a-parent-resource](https://www.nasponline.org/resources-and-publications/resources-and-podcasts/school-climate-safety-and-crisis/health-crisis-resources/talking-to-children-about-covid-19-(coronavirus)-a-parent-resource)

– Este folleto contiene pautas sobre como hablar con su hijo sobre COVID-19 (Coronavirus). Después de hacer clic en el enlace, escoja el folleto en Español que esta a mano derecha de la pagina de internet.

[Coronavirus video](#) – Este video de Brain POP explica el Coronavirus usando imágenes y términos apropiados para los niños.

Sinceramente,

Melissa McLean

Psicóloga Escolar

Distrito Escolar de Upper Adams