

在新冠肺炎 (COVID-19) 期间重返托儿所

在新冠肺炎期间，孩子重返托儿所的家庭可能有许多问题和担忧。孩子可能会表现出愤怒、悲伤或沮丧情绪。在这个过渡时期，有大的情绪波动是正常的。与孩子坦诚地谈论情绪问题，对孩子进行开导。以下是您在这个充满挑战的时期可以为孩子提供支持的一些方法。

谈谈什么是不变的。您的孩子仍然会：

- 得到同样水平的照护。
- 得到零食和餐食。
- 有时间玩耍。
- 有时间看书。
- 有时间做大幅度运动游戏。
- 与老师和其他保育员保持积极的互动。



尝试采取一些策略来帮助您的孩子理解托儿所的变化。

- 利用角色扮演游戏来谈论新的惯例，比如接送。
- 阅读有关托儿所的书籍。谈论哪些事项会与新冠肺炎之前不同，哪些事项会相同。
- 考虑帮助孩子控制情绪的方法，比如控制呼吸或使人平静下来的简短用语。
- 恢复睡觉、起床、吃饭、出门和穿衣服的惯例。
- 对孩子和保育员保持积极乐观的态度。
- 考虑制定一个特殊的道别方式。可以是一首特别的歌曲或在您离开前亲吻孩子们的手。

向孩子的保育员提出问题，以帮助您感到自在和有信心。

- 新的接送步骤是什么？
- 孩子可以从家里带一些东西到托儿中心吗？
- 孩子是否会整天和同一群孩子和保育员在一起？
- 如何进行健康检查？
- 如果孩子变得不太高兴，你们会如何安慰？
- 孩子的所有朋友都会在那里吗？
- 午睡时间会有什么变化？
- 孩子的老师会在那里吗？
- 我还能观察孩子的课堂情况吗？

English Title: Returning to Childcare During COVID-19



13 Children's Research Center
University of Illinois at Urbana-Champaign
51 Gerty Dr. • Champaign, IL 61820-7469
Telephone: 217-333-1386
Toll-free: 877-275-3227
E-mail: iel@illinois.edu
<https://illinoisearlylearning.org>

Illinois State
Board of Education