

Коротка пам'ятка для вчителів, які працюють із дітьми під час війни. 9 правил

“Саме зараз наше завдання – допомогти дітям повернути, створити хоч невеликий простір безпеки. Багато хто з них досі перебувають у стані шоку. Ми не можемо припустити, що стане тригером для травматичних реакцій, тому наші уважність, емпатійність, почуття такту та відчуття опори дуже важливі”, – каже Світлана Ройз.

ПОРАДИ ДЛЯ ВЧИТЕЛІВ

1. **Турбуємось про себе і намагаємось не починати роботу без ресурсу.** Якщо нам не вистачить сил витримати погляд дитини, наповнений болем, її запитання, реакцію – це посилить її стан занепокоєння та безпорадності.
2. Наше завдання – створити безпечний простір, у **якому б дитина відчула близькість – “я з тобою”**. Ідеться про простір із чітко структурованими правилами та межами контакту.
3. Якщо ви не маєте досвіду роботи з емоційним реагуванням на почуття та емоції, починати роботу можна буде лише у співпраці з психологом. Цю роботу можна буде проводити лише після фази стабілізації – зміцнення та відчуття безпеки.
4. Не можна використовувати в іграх чи під час занять метафори, образи літаків тощо. Це може травмувати дітей, які були під обстрілами. **У роботі спираємось на метафори та образи дому, землі, веселки, води.** Навіть образ неба зараз не даватиме дітям стійкості – для багатьох це джерело небезпеки. Будь ласка, зважайте на це, плануючи свої зустрічі з учнями.
0. Якщо в роботі плануєте створювати щось із частин, наприклад кубиків, пам'ятайте: **якщо деталі руйнуватимуться, це може нагадувати дітям зруйнований будинок.** Діти самі можуть обрати таку гру – тоді для них це

буде помічне. До того ж будьте уважні до звуків, що використовуються в супроводі.

0. **Не пропонуйте дітям жодних образів воєнної техніки.** Приймається лише той варіант, коли вони самі хочуть намалювати, виліпити чи обговорити це. Натомість працюйте над образами сили та стійкості й частіше просіть дитину намалювати, зобразити те, що є її силою.

0. Пам'ятайте, що ми проводимо зустрічі для того, **щоби дати дітям стабільність у теперішній реальності, відволікати їх і розважати цікавими фактами, захопливими розповідями.** Війну, танки, вибухи вони бачать у новинах. Вони чують про це від батьків, рідних і близьких.

Уявіть, що ви працюєте з дитиною з Харкова, яка сидить у бомбосховищі. Усі розмови про війну для неї зараз – додаткове травмування. Будь ласка, зважайте на це.

0. Для дитини, **яка пережила втрату, втратила близьких або будинок, абсолютно неприпустимі слова** на кшталт “час лікує”, “у всьому є й хороший бік”, “подивися, який тут є хороший варіант для тебе”. Ці слова некоректні та неетичні.

Дітям важливо почути: *“Те, що ти пережив – жахлива трагедія, це жахливо й так шкода, що тобі довелося через це пройти. Я захоплююсь твоїми мужністю та силою. Попри таке горе, ти справляєшся, як справжній герой. Я дуже хочу тебе обійняти та захистити”*.

0. Якщо дитина починає говорити, що б вона не говорила, **ми її слухаємо й не перебиваємо!** Киваємо, підтримуємо й наприкінці робимо акцент на тому, що навіть слухати – це дуже важко. Далі можна сказати: *“Але я бачу, який ти сильний і як ти справляєшся”*. Проте не давайте порад, поки вас не попросили про це.

Підготовка тексту до публікації – Марія Марковська
Титульне фото: автор – Thomas Park, *Unsplash*