



## \*Коротка пам'ятка для вчителів, які працюють із дітьми під час війни\*

### \*9 правил\*

Попри жакливу війну в Україні, багато вчителів і далі проводять заняття та уроки, щоби відволікти дітей. Школи поволі повертаються до дистанційного навчання.

“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 спираємося 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.

5

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.

6

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.

7

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.

8

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”.

9

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.