

Migracja

- ▶ Wyobraź sobie, że nagle musisz opuścić swój dom, by chronić swoje i najbliższych życie
- ▶ Jak byś się czuł, jakie myśli, jakie emocje,
- ▶ Jakie twoje umiejętności są ważne?
- ▶ Co chciałbyś lub musiałbyś zrobić?
- ▶ Czy coś Ci będzie potrzebne?
- ▶ Gdzie i u kogo szukałbyś pomocy?

Czy trzeba rozmawiać z dziećmi o wojnie w Ukrainie ?

- ▶ Tak, ponieważ:
- ▶ Informacja jest dostępna w mediach, na komunikatorach, „drugi obieg informacji”
- ▶ dzieci rozmawiają między sobą, powtarzają co usłyszały od dorosłych – przekaz rodzinny
- ▶ towarzyszy im niepokój, lęk, cierpienie, są przerażone , bardzo chciały by zrozumieć co się dzieje
- ▶ nie rozumieją, w sposób niekontrolowany przez dorosłych wyobrażają sobie zagrożenia jakie niesie wojna
- ▶ nie wiedzą jak mają się zachować wobec kolegów z Ukrainy i Rosji, lub mają nieadekwatne opinie dotyczące swoich ‘zadań’ w tej sprawie
- ▶ rozmawiając trzymamy „ rękę na pulsie”, mamy wpływ na wyobrażenia dzieci o wojnie
- ▶ czuwamy nad bezpieczeństwem emocjonalnym
- ▶ możemy zmienić spojrzenie, skorygować myślenie np. o Ukraińcach przekazane przez osoby niechętne tej narodowości

Ludzie w obszarze objętym wojną

- ▶ wojna jest bardzo złą sytuacją,
- ▶ cierpią ludzie, są ogromne zniszczenia /straty,
- ▶ wielu ludzi traci życie
- ▶ ja/my a wojna - moje uczucia, myśli ,
- ▶ na co mam wpływ,
- ▶ co robić a czego nie robić np. pomagać osobom,
- ▶ nie krzywdzić tych, którzy też nie mają na to wpływu. (np. wszystkich mieszkańców Rosji)

Kiedy rozmawiać z dziećmi?

- ▶ Gdy w klasie jest dziecko z rejonu objętego wojną
- ▶ Gdy w klasie jest dziecko z państwa agresora
- ▶ Gdy dzieci pytają, zgłaszają swoje emocje, wyrażają swój lęk
- ▶ Gdy widzimy jakiś niepokój w klasie (na lekcjach, przerwach, w świetlicy)
- ▶ Gdy niepokoją nas relacje między dziećmi
- ▶ Gdy obserwujemy spadek nastroju w uczniów
- ▶ To temat podejmowany w rodzinach więc właściwie zawsze

Jak rozmawiać z dziećmi

- ▶ Mówimy o faktach:
- ▶ jedno państwo napadło na drugie, ponieważ chcą powiększyć swoje terytorium w celu zapewnienia dla siebie korzyści
- ▶ takie działanie jest bezprawne, bo nie wolno odbierać żadnemu państwu jego tożsamości
- ▶ wojna to zorganizowany konflikt zbrojny między państwami, narodami, grupami etnicznymi, religijnymi i społecznymi
- ▶ Polacy nie zgadzają się na rozwiązywanie trudnych spraw za pomocą konfliktu zbrojnego
- ▶ nie jesteśmy sami, wiele państw nakłada dotkliwe sankcje na agresora

Jak rozmawiać cd.

- ▶ Ustalamy poziom wiedzy na temat wojny – co dzieci wiedzą, co ich interesuje
- ▶ Mówimy prawdę, na poziomie konkretów (bez drastycznych opisów) , nie stawiamy hipotez (nie wiemy jak się ten konflikt potoczy) mówimy „Nie wiem”
- ▶ Określamy stanowisko wobec wojny – niezgoda naszego Państwa na czynienie krzywdy innemu narodowi. Każdy może to uzasadniać innymi argumentami – religijne (nie zabijaj), humanitarne, itp
- ▶ Są inne sposoby rozwiązywania konfliktów
- ▶ Wspomaganie narodu zaatakowanego – pomoc różnego rodzaju – militarna, socjalna, psychologiczna, nie jesteśmy bezradni

Na co warto zwrócić uwagę

- ▶ Hipotezy dotyczące tego co się wydarzy sprzyjają powstawaniu lęku, a to zaburza poczucie bezpieczeństwa
- ▶ Rozmawiać o złości - złość może prowadzić do chęci zemsty (nawiązanie do sposobów rozwiązywania konfliktów)
- ▶ Omawiamy to co wnoszą dzieci, jednak nie rozwijamy wątków dotyczących np. ewentualnej inwazji na nasz kraj. (Nie wiem, ale uważam, że nasz kraj jest bezpieczny)
- ▶ Współpraca z rodzicami - wspieranie w rozmowach z dziećmi. Zachęcanie do ograniczania do niezbędne go minimum dostępu do informacji na temat wojny (wielogodzinne oglądanie serwisów informacyjnych)
- ▶ Szum informacyjny służy dezinformacji – jeden bardzo istotny element wojny
- ▶ W trakcie rozmowy unikamy pytań sugerujących, (np. boisz się?) staramy się dawać uwagę dziecku, sprawdzając jakie emocje dominują, co je mocno poruszyło, zaniepokoiło
- ▶ Zachęcać rodziców do kierowania uwagi na inne sprawy, dawania dużo czasu dziecku, organizowania wspólnie spędzanego czasu
- ▶ **Nie zalewać dzieci własnymi emocjami**

○ czy musimy pamiętać

- ▶ Rozmowy o emocjach będą bardzo ważne. Warto nazywać /sprawdzać emocje , które dziecko czuje,
- ▶ Nie zaprzeczamy, bo dziecko może pozostać ze swoimi trudnymi emocjami, a to zwykle wzmacnia lęk(mówisz ,że się boisz, ja też się boję, podobnie jak ty nie byłem w takiej sytuacji, ale mam plan co zrobić w takiej trudnej sytuacji)
- ▶ Zadbać o bliskość z dzieckiem , jeśli chce się przytulić warto reagować na taką sytuację
- ▶ Zadbać o obniżenie bezradności – udział w organizowaniu pomocy, zbiórki rzeczy,
- ▶ Baczenie obserwować dzieci, mogą być napięte, rozdrażnione, oczekiwać od dorosłych bliskości, sprawczości, działania ku bezpieczeństwu

Warto zadbać aby:

- ▶ Dać możliwość rozmowy z dziećmi w kolejnych dniach – nie tylko jednorazowe spotkanie w tej sprawie.
- ▶ Dać możliwość kontaktu rodziców gdy coś będzie się działo z dzieckiem co budzi ich niepokój
- ▶ Nie poddawać się bezradności, np. zbiórki, rysunki jakie wyślemy gdy będzie taka możliwość, plakaty – za każdym razem sprawdzamy czy nie krzywdzi to tych, którzy nie są temu winni; jakie są moje emocje, i inne myśli w formach plastycznych itp.
- ▶ Skrzynka pytań w sprawie wojny i osób, które przyjechały do Polski,
- ▶ Burza mózgów: co my jako klasa możemy zrobić, ja jako osoba, ale bez oceny który najlepszy

Bezpieczeństwo

- ▶ Dorośli muszą zadbać o regulację emocji dzieci (uwalniamy emocje, nie blokujemy)
- ▶ Zadbajmy aby dzień był najbardziej zbliżony do tego co działo się przed wybuchem wojny, by życie toczyło się podobnie
- ▶ Zadbajmy o higienę pracy na lekcjach (rozładowywanie napięcia)
- ▶ Ważny jest wiek dziecka, im młodsze dziecko tym informacje muszą być dostosowane do jego możliwości percepcyjnych.
- ▶ Opieką należy objąć dzieci agresora - uczniowie pochodzenia rosyjskiego nie mogą być osądzani za działania przywódcy kraju

Kiedy do naszej klasy przyjdzie uczeń z Ukrainy to my:

Nauczyciele (z dużą delikatnością, uwagą) muszą ustalić potrzeby dziecka - organizacja nauki, opieka koleżeńska , zapoznanie z zasadami panującymi w klasie itp.

Czego potrzebujesz? Nie zalewać pomocą!

Dzieci które do nas przybyły mogą wykazywać zachowania postraumatyczne – m.in. wycofanie, zakłopotanie, nieśmiałość, niepewność, zawstydzenie ale też hałaśliwość, nadaktywność, agresywność . Bardzo trudno im pomieścić w sobie ciężar sytuacji ucieczki, niepewności , braku bezpieczeństwa.

Warto rozmawiać z rodzicami o tym jak dzieci czują się w nowej sytuacji i jeśli trzeba wskazywać miejsca w których można uzyskać pomoc psychologiczną

Rozmawiajmy z dziećmi w klasie

Burza mózgów: co my jako klasa możemy zrobić, ja jako osoba, ale bez oceny który najlepszy

- z czym nowy kolega/koleżanka może mieć trudno i dlaczego?
- z czym nam może być trudno?
- czego unikać, czego on nie chciałby od nas doświadczyć?
- co możemy dla niego zrobić - burza mózgu,
- jak to zrobimy ?

Nigdy nie powinno być wojny!!!

- ▶ Każdy z nas ma dwie rzeczy do wyboru. Jesteśmy albo pełni miłości... albo pełni lęku.... Albert Einstein
- ▶ Wojna nie kończy się nigdy dla tych co walczyli - Curzio Malaparte
- ▶ Opracowanie Małgorzata Jarnuszkiewicz –koordynator Zespołu Interwencyjnego przy BE m. st. Warszawa