

PRE KOLEGOV A KOLEGYNE ZO ŠKÔL

- Rozprávajte o situácii na Ukrajine so svojimi žiakmi a deťmi.
- Je normálne v týchto chvíľach cítiť strach, bezmocnosť, úzkosť, beznádej, hnev, zúfalstvo a mnoho ďalších pocitov.
- Vynechajte politické komentáre, aby nezničili dôveru, s ktorou sa na nás dieťa alebo mladý človek obracia.
- Zdieľajte len informácie, ktoré pochádzajú z dôveryhodných zdrojov a na ne zamerajte pozornosť svojich žiakov.
- Sociálne siete a spravodajské weby budú prinášať veľmi rýchle informácie o veľmi dynamickej a predovšetkým traumatickej situácii. Ich sledovanie môže byť vyčerpávajúce.
- Zamerajte sa na dodržiavanie pravidelného režimu, na ktorý sme zvyknutí.
- Budme oporou ľuďom okolo nás. Ubezpečme ich, že dané prežívanie je normálne a nie je trvalé.
- Podporujme žiacke a študentské iniciatívy na vyjadrenie súdržnosti.
- Snažme sa upokojiť, stíšiť konfliktné alebo aj zosmiešňujúce názory medzi žiakmi a mladými ľuďmi, ktoré môžu byť prejavom obáv o vlastnú budúcnosť a často súvisia aj so spôsobom vyjadrovania sa v danom vývinovom období.

PRE KOLEGOV A KOLEGYNE ZO ŠKÔL

Obráťme sa v prípade potreby na odborných zamestnancov priamo v školách alebo na poradenské zariadenie vo Vašom okolí (kontakty sú zverejnené na ich webstránkach CPPPaP, CŠPP) alebo na:

Linka podpory pre učiteľov

0800 221 323 / linkapreucitelov@mpc-edu.sk

Linka pomoci VÚDPaP

0910 361 252 (od 8 – 18 hod.)

IPčko.sk

www.ipcko.sk

Krízová linka pomoci

0800 500 333 / www.krizovalinkapomoci.sk

Dobrá linka

www.dobralinka.sk

Linka detskej istoty

116 111

Linka detskej dôvery

0907 401 749 / www.linkadeti.sk

Národná linka na pomoc deťom v ohrození - Viac ako ni(c)k

www.viacakonick.gov.sk

Nestráčajme nádej, že svet môže byť bezpečným miestom.