

KOMPLEKSOWY SYSTEM WSPARCIA PRZEDSZKOLI I SZKÓŁ W CZASIE EPIDEMII

#3mamyzWami-OLSZTYN

Rówieśnicza pomoc emocjonalna:

- Rozmawiaj o niej z uczniami i mów, jaką niesie ze sobą odpowiedzialność i ciężar. Jak powinna wyglądać, czego nie można mówić itp.
- Jeżeli widzą lub wiedzą, że ktoś planuje zamach samobójczy lub się okalecza
są zwolnieni z tajemnicy.
Informacja do kogoś dorosłego - natychmiast!
- Nakładki FB i inne komunikaty wprost: "Zabiję się". Trzeba reagować natychmiast, to nie są żarty.

Omów i wyjaśnij uczniom fazy kryzysu - jak mogą się czuć w tej sytuacji.



PROFILAKTYKA PTSD



Zauważaj i doceniaj kontakt z rówieśnikami. Orientuj się w przyjaźniach. Pomóż uczniom stworzyć taką sieć wsparcia.

Rozmawiaj o uczuciach i niepokojach uczniów. Bądź na nie otwarty. Nie oceniaj.



Wyrażaj empatię poprzez słuchanie odzwierciedlające.



Wspieraj poczucie skuteczności, wzmacniaj wszelkie formy mierzenia się z trudnościami.

