

## Поради стосовно поведження з темою війни в Україні в школі

Війна в Україні захоплює та хвилює людей всього світу. Ще недавно вона здавалася неможливою. Війна приголомшила багатьох людей, розбудила в них почуття ненависті, покинутості та тривоги. Нижче ми даємо поради, як поводитися в сьогоднішній складній ситуації в школі.

Люди, які вже й без того боряться з пандемією чи іншими ударами долі, зараз обтяжені ще й наслідками цієї війни. Особливо важко це переживають, наприклад, сім'ї, що приїхали з України чи Росії. Вони переживають за рідних та друзів, і відчувають наслідки конфлікту навіть тут.

Невпевненість, покинутість та інші почуття є звичайною реакцією на ненормальну ситуацію. У кожного члена шкільної родини (учнів, батьків, вчителів та інших працівників школи) вони можуть проявлятися по-різному: декого події вражають менше, або майже не вражають, інші ж реагують з великою тривогою і переживають за безпеку.

Цілодобові репортажі ЗМІ на телебаченні, в інтернеті і в соціальних мережах доносять до нас картини війни безпосередньо від очевидців. В першу чергу сильно вражають психіку картини насильства.

### Поради стосовно поведження

Приділяйте увагу подіям та реакціям і обговорюйте їх. Але виділяйте для цього лише певний час, а потім знову повертайтеся до повсякденного життя.

Демонструйте впевненість, наскільки це можливо. Усвідомте самі та переконуйте інших, що на даний момент немає конкретних ознак того, що війна перекинеться на Німеччину.

Ви можете показувати всі власні переживання. Ви можете бути прикладом того, що розгубленість, ненависть і страх - це природні відчуття, і що є способи боротися з ними.

Відповідайте на запитання чесно та розглядайте всі пом'якшуючі чи драматизуючі твердження як щось відносне.

Обмінюйтеся інформацією і спілкуйтеся. Спілкування об'єднує також через різні точки зору.

Боріться з почуттям покинутості. Активна участь (наприклад, підтримка в наданні допомоги) дає відчуття корисності.

Обмежте читання та слухання новин та інформації ЗМІ про війну до мінімуму. Залежно від віку дітей, не допускайте, щоб вони бачили картини насильства та війни.

Якщо напруга стає занадто великою, рух, відведення уваги на щось інше, а також підтримання соціальних зв'язків мають позитивний вплив.

Якщо ознаки психічної напруги не зникають, може бути доцільним звернутися за додатковою психологічною підтримкою.

### Контактні особи для підтримки

- Шкільні психологи та вчителі-консультанти в місцевих школах
- Державні шкільні консультаційні пункти у відповідному адміністративному окрузі  
[www.km.bayern.de/ministerium/institutionen/schulberatung.html](http://www.km.bayern.de/ministerium/institutionen/schulberatung.html)

### Додаткова підтримка поза школою:

- **для школярів**
  - «Nummer gegen Kummer» (телефон для дітей та молоді) Тел.: 116 111
  - bke-Jugendberatung (Bundeskonferenz für Erziehungsberatung e.V.)  
<https://jugend.bke-beratung.de/views/home/index.html>
- **для дорослих**
  - Освітні консультаційні центри на місці
  - «Nummer gegen Kummer» (телефон для батьків) Тел.: 0800 / 111 0 550
  - bke-Elternberatung  
<https://eltern.bke-beratung.de/views/home/index.html>
  - Телефон довіри  
Тел.: 0800 / 111 0 111 або 0800 / 111 0 222  
Телефон довіри працює цілодобово.

### Корисні посилання та матеріали для інформації:

Цю інформацію для шкіл також можна знайти на веб-сайті Міністерства освіти  
[www.km.bayern.de/krieg-in-der-ukraine/hinweise-zum-umgang-in-schulen](http://www.km.bayern.de/krieg-in-der-ukraine/hinweise-zum-umgang-in-schulen)

**Інформація для громадян (Федеральне управління з питань цивільного захисту та допомоги при катастрофах (ВВК))**

Інформаційна сторінка ВВК: «Mit Kindern über Krieg sprechen»  
[www.bbk.bund.de/DE/Das-BBK/Zivilschutz/Was-koennen-Sie-tun/Mit-Kindern-ueber-Krieg-sprechen/mit-kindern-ueber-krieg-sprechen\\_node.html](http://www.bbk.bund.de/DE/Das-BBK/Zivilschutz/Was-koennen-Sie-tun/Mit-Kindern-ueber-Krieg-sprechen/mit-kindern-ueber-krieg-sprechen_node.html)

Тут міститься інформація про те, як батьки можуть зараз підтримати своїх дітей.

**Bayerischer Erziehungsratgeber (Баварське земельне управління у справах молоді)**

Інформація для батьків «Mit Kindern über schlimme Nachrichten sprechen.»

[www.baer.bayern.de/erziehung-medien/tipps/schlimme-nachrichten/](http://www.baer.bayern.de/erziehung-medien/tipps/schlimme-nachrichten/)

Ця сторінка також містить інформацію про те, як новини впливають на нас і де діти можуть отримати інформацію.

### Новини за віком

Прикладом є відповідні новини за віком, наприклад новини від logo!

[www.zdf.de/kinder/logo](http://www.zdf.de/kinder/logo) або News-WG by BR24 ([www.instagram.com/news\\_wg/?hl=de](https://www.instagram.com/news_wg/?hl=de)).

**Пам'ятка для батьків:** Wie soll man mit Kindern über Krieg sprechen?

[www.harald-karutz.de/wp-content/uploads/2022/02/Merkblatt\\_Karutz\\_Ukraine.pdf](http://www.harald-karutz.de/wp-content/uploads/2022/02/Merkblatt_Karutz_Ukraine.pdf)

В пам'ятці мова йде про те, як батьки повинні говорити зі своїми дітьми про те, що сталося, і як поводитися з повідомленнями ЗМІ.

**Інформація для батьків та педагогів**

[www.stmas.bayern.de/aktuelle-meldungen/ukraine.php](http://www.stmas.bayern.de/aktuelle-meldungen/ukraine.php)

**Інформація для громадян (Федеральне управління з питань цивільного захисту та допомоги при катастрофах (ВВК))**

Інформація для постраждалих (різними мовами)

«Mit belastenden Ereignissen umgehen»

[www.bbk.bund.de/SharedDocs/Downloads/DE/Mediathek/Publikationen/NOAH/MitbelastendenEr  
eig-  
nissenumgehenallgemeineInfoA4.pdf? blob=publicationFile&v=4](http://www.bbk.bund.de/SharedDocs/Downloads/DE/Mediathek/Publikationen/NOAH/MitbelastendenEr<br/>eig-<br/>nissenumgehenallgemeineInfoA4.pdf? blob=publicationFile&v=4)

Стан на: 04.03.2022