

VYPOŘÁDAT SE S OBAVAMI Z VÁLKY POMÁHÁ DĚTEM I DOSPĚLÝM ŘADA ORGANIZACÍ

Nabídku pomoci pro děti i dospělé mají ve svém portfoliu organizace jako Linka bezpečí, či Centrum Locika. Kromě rad, tipů, či telefonické pomoci se zaměřují také na to, jak s dětmi vhodně o válce komunikovat.

Obavy z války a z nejjisté budoucnosti asi občas zachvátí každého z nás.

I na ty nejmenší bohužel aktuální situace působí ze všech médií a i děti válku na Ukrajině vnímají jako téma číslo jedna. Bohužel v drtivé většině případů ještě samy nejsou schopny situaci plně porozumět. Děti z nasátých informací ve výsledku přepadají negativní emoce, ať už informace samy vyhodnotily jakkoli. Jedná se především o smutek, nervozitu a nejistotu. Tyto emoce pak mohou pramenit ve známky velice silného strachu, deprese až silnou frustraci. Takové emoce neprožívají pouze malé děti, ale i děti náctileté, či mladiství, kteří už s informacemi zvládají pracovat zdatněji. Pro tyto věkové kategorie může být zase naopak velmi složité pracovat s emocemi.

Je důležité, aby rodiče, či pedagogové s dětmi v každém věku o situaci průběžně hovořili, přiměřeně k věku a rozumových schopnostem, vysvětlili jim, co se děje, uklidnili je a nechali děti hovořit o svých pocitech.

Linka bezpečí - tipy pro děti a rodiče [zde](#).

[Jak mluvit s dětmi o válce](#) - Centrum LOCIKA

Čtvrtek, 10. březen 2022 | Autor Ing. Tereza Pásková