

Jak rozmawiać z uczniami w kontekście obecnego kryzysu?

Weronika Potaczek



P&Wer
fundacja



CENTRUM
ROZWOJU
I PSYCHOLOGII
Weronika Potaczek



Plan:

- Czy rozmawiać?
- Zobacz pierwsze siebie.
- Jak rozmawiać?
- Uczniowie obywatele Polski, Ukrainy, Rosji i Białorusi.
- Nowe zadania nauczyciela.
- Współpraca środowiskowa.
- Możliwe działania.
- Szkoła jutra.
- <https://zrzutka.pl/spvh5k>



Czy rozmawiać?

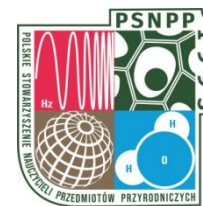
Sytuacja wojny w Ukrainie wzbudza ogromne emocje. Wiemy, że podjęcie tematu nie jest łatwe ale bardzo potrzebne! To bardzo ważne, aby dzieci dowiadywały się o tym co się dzieje od nas – w bezpiecznej relacji i przestrzeni.

Nie łudźmy się, że przed trudną wiedzą możemy dzieci uchronić.

Głównym źródłem poczucia bezpieczeństwa dziecka jest jego rodzic, opiekun, nauczyciel.

Jeżeli Ty będziesz spokojny i ugruntowany w poczuciu wpływu to dzieci na zasadzie rezonansu emocjonalnego będą czuły się lepiej.

Otwarta rozmowa pomaga zredukować stres i uporać się z trudnymi emocjami.



CENTRUM
ROZWOJU
I PSYCHOLOGII
Weronika Potaczek



Power
fundacja

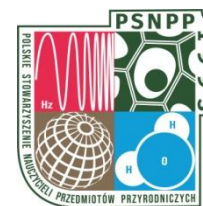
Czy rozmawiać?

Inteligencja emocjonalna:

1. Rozpoznaj

2. Nazwij

3. Opowiedz co czujesz



CENTRUM
ROZWOJU
I PSYCHOLOGII
Weronika Potaczek

Power
fundacja

Czy rozmawiać?

Rozmowa jako wentyl.

Skumulowane emocje, w sytuacji wielomiesięcznej niepewności dzieci:

Niepewności o naukę

Niepewności o czas wolny

Niepewności o rzeczywistość



CENTRUM
ROZWOJU
I PSYCHOLOGII
Weronika Potaczek

Power
fundacja

Pandemia i izolacja społeczna spowodowała u dzieci i nastolatków wzrost napięcia, niepokoju, stresu i samotności, co przełożyło się na częstsze występowanie myśli i prób samobójczych, jak i również zwiększenie liczby samobójstw wśród najmłodszych.



CENTRUM
ROZWOJU
I PSYCHOLOGII
Weronika Potaczek



PoWer
fundacja

Czy rozmawiać?

Dzięki rozmowie dowiemy się co wiedzą i czują dzieci.

Ogrom informacji: prawdziwych i nieprawdziwych, rozmowa pozwala na weryfikację.

Emocje sprawiają, że bezkrytycznie przyjmujemy informację.



CENTRUM
ROZWOJU
I PSYCHOLOGII
Weronika Potaczek



PoWer
fundacja

Zobacz pierwsze siebie.

Zadaj sobie pytanie jak Ty się czujesz?

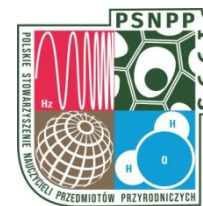
Przyjrzyj się swoim obawom, zobacz swoje zasoby.

Jesteś po ponad 2 latach Pandemii, która wyczerpała Twoje możliwości życia z ciągłej niepewności, lęku o siebie bliskich i pracę.

Pozwól sobie na emocje ale nie wpadaj w panikę.

Żeby pomóc dzieciom, sam musisz zmierzyć się ze swoimi emocjami.

Nasze lęki generują lęki dzieci.



CENTRUM
ROZWOJU
I PSYCHOLOGII
Weronika Potaczek



Power
fundacja

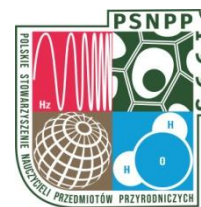
Zobacz pierwsze siebie.



Zwróć uwagę na potrzebę wyszukiwania nowych informacji na temat wojny – to daje nam pozorne poczucie kontroli, jednocześnie dodatkowo nas obciąża.



Czy jesteś w stanie pomieścić emocję swoje i dzieci? To szkolenie Ci w tym pomoże! Jednak daj sobie przestrzeń na niezajmowanie się trudnym tematem, kiedy widzisz, że jesteś przeciążony.



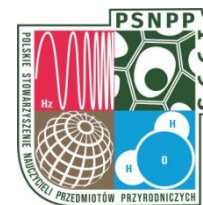
CENTRUM
ROZWOJU
I PSYCHOLOGII
Weronika Potaczek



Power
fundacja

Jak rozmawiać?

1. Ustal z Radą Pedagogiczną kto rozmawia.
2. Zapytaj dzieci jak się czują – niech podziela się swoimi emocjami. Bądź uważny na potrzeby i komunikaty dzieci. Konteneruj, bądź gotowy pomieścić emocje dzieci.
3. Opowiadaj tylko to na co gotowe jest dziecko, dostosuj język do wieku dziecka, dozuj informację, uważaj na obrazy.
4. Pamiętaj o szacunku do każdego człowieka.



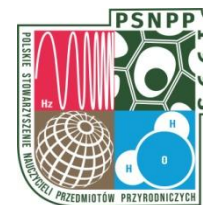
CENTRUM
ROZWOJU
I PSYCHOLOGII
Weronika Potaczek



PoWer
fundacja

Jak rozmawiać?

1. Wyjaśnij w miarę możliwości, co się dzieje – jak doszło do inwazji na Ukrainę, kto rządzi Rosją i co może zrobić Zachód.
2. Wypowiedz na głos lęki dzieci spokojnie i akceptująco to przeciwdziała poczuciu osamotnieniu dziecka.
3. Opowiedz dzieciom o NATO i co może zrobić reszta Świata – jesteśmy w sojuszu wojskowym z największymi armiami świata. W tym sojuszu armie umówiły się, że nie wolno zaatakować żadnego z nich bo wtedy odpowie cały sojusz. To sprawia, że jesteśmy bezpieczni.
4. Bądź szczery w tym co odpowiadasz, jeżeli czegoś nie wiesz to to powiedz. Odpowiadaj na pytania, nie wybiegaj na przód.



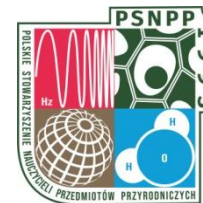
CENTRUM
ROZWOJU
I PSYCHOLOGII
Weronika Potaczek



Power
fundacja

Jak rozmawiać?

1. Przekuj lęk i bezradność w czyny - pokaż dzieciom ich wpływ, jak mogą pomagać innym.
2. Szukaj konotacji pozytywnej... mimo przerażająco trudnej sytuacji, wiąż możemy znaleźć rzeczy czy doświadczenia, które będą piękne, radosne i niosące nadzieje.
3. Rób zwykłe rzeczy; idźcie poszukać wiosny, rytuały dają poczucie bezpieczeństwa.
4. Bądź blisko, bądź uważny na emocji nie tylko na egzaminy i wiedzę.



CENTRUM
ROZWOJU
I PSYCHOLOGII
Weronika Potaczek



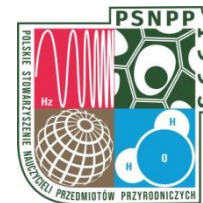
PoWer
fundacja

Uczniowie obywatele Polski, Ukrainy, Rosji i Białorusi.

Zadbaj indywidualnie o potrzeby uczniów z innym obywatelstwem, nie tylko Ukraińskim.

Pamiętaj, Twoi uczniowie mają różne pochodzenie - nie wypowiadaj się źle o obywatelach Ukrainy, Rosji, Białorusi ani o innych.

Nawet jeżeli klasa jest homogeniczna pamiętaj, że to może się zmienić i/lub w szkole są obywatele innych krajów.



CENTRUM
ROZWOJU
I PSYCHOLOGII
Weronika Potaczek



Power
fundacja

Nowe zadania nauczyciela.

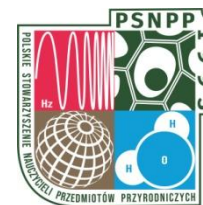
Nauczyciel jako diagnosta?

Norma a psychopatologia

10-20% dzieci cierpi na zaburzenia psychiczne, Połowa zaburzeń psychicznych rozpoczyna się przed 14 r.ż., a 75% przed 20 r.ż. (WHO, 2016) W

Polsce: specjalistycznej pomocy psychologicznej i psychiatrycznej potrzebuje aż 630 tys. dzieci, (UNESCO, 2021) ok. 40% nastolatków cierpi na trudności emocjonalne, wiele z nich ma charakter maskowany, u 2-10% populacji dziecięcej można zdiagnozować różne przejawy zaburzeń lękowych.

Coraz więcej dzieci choruje, rozpoznania są coraz bardziej poważne, pacjenci są coraz młodszy.



CENTRUM
ROZWOJU
I PSYCHOLOGII
Weronika Potaczek



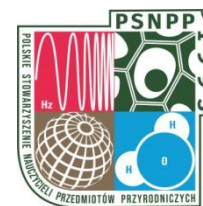
Power
fundacja

Współpraca środowiskowa.

Ważne aby działać razem

Diagnoza psychospołeczna

praca nad diagnozą w zespole; rodzice, nauczyciele, pedagog, psycholog, lekarz, asystent rodziny, kurator itd., uwzględnienie indywidualnej ścieżki rozwojowej dziecka oraz potrzeb jego oraz środowiska, działania terapeutyczne w środowisku dziecka.



CENTRUM
ROZWOJU
I PSYCHOLOGII
Weronika Potaczek



Power
fundacja

Możliwe działania.

Ważne aby wspólnie podejmować działania co dają poczucie siły i realnego wpływu.

Akcja społeczności szkolnej; zbiórki, warto włączyć rodziców.

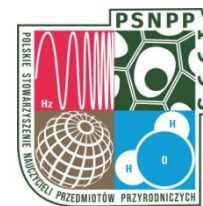
Malowanie jako forma wyrażania siebie nie tylko dla najmłodszych.

Gazetka szkolna

Apel

Nowa ustawa – pomoc psychologiczno-pedagogiczna możliwe działania.

SUPERWIZJA DLA NAUCZYCIELI



CENTRUM
ROZWOJU
I PSYCHOLOGII
Weronika Potaczek

Power
fundacja

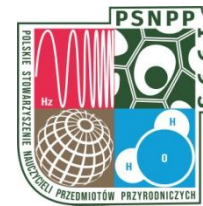
Szkoła jutra.

Rozmawiajmy, procedury szkolne na włączenie uchodźców – Fundacja na rzecz Różnorodności Społecznych.

Rower Wiery – opowieść o migracji.

A królik słuchał.

Kot szedł sobie przez świat.



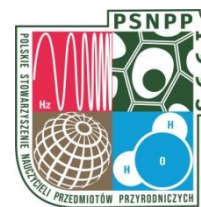
CENTRUM
ROZWOJU
I PSYCHOLOGII
Weronika Potaczek



Power
fundacja

Szkoła jutra.

„Kiedy śmieje się dziecko,
Śmieje się cały świat”
- Janusz Korczak



CENTRUM
ROZWOJU
I PSYCHOLOGII
Weronika Potaczek

Power
fundacja



Dziękuję za uwagę

<https://zrzutka.pl/spvh5k>

Certyfikat ze szkolenia dostępny drogą mailową po przesłaniu prośby pod adres centrumweronikapotaczek@gmail.com

<https://www.facebook.com/WPotaczek>

PoWer
fundacja