

POMÔCKA PRE UČITEĽOV, AKO KOMUNIKOVAŤ S DEŤMI V ŠKOLE **O VOJNOVOM KONFLIKTE**

Vzhľadom na súčasnú situáciu súvisiacu s vojnovým konfliktom na Ukrajine máme ako škola povinnosť riadiť sa odporúčaniami od oficiálnych inštitúcií (ministerstvo školstva, štátny pedagogický ústav). Súčasný stav je hodnotený ako krízový, a istým spôsobom na túto situáciu musíme reflektovať aj my v škole.

Prosím, prispôsobte najbližšie dni v škole situácii. Nevieme, v akých rôznych stavoch, rozpoloženiach, náladách naši žiaci po prázdninách do školy prídu. Zásada číslo jeden je – **bud'te k svojim žiakom vnímaví**.

- Najbližšie 2-3 dni (t.j. pondelok až streda) nebudeme skúšať, známkovať, písať písomky.
- Nebudeme sa ponáhľať s preberaním učiva.
- Riadime sa platným rozvrhom.
- Odborníci nám odporúčajú vytvárať priestor pre zdieľanie pocitov, diskusie. Toto je trochu zložitejšie, ale v zásade to budeme robiť takto:
 - A) Priestor vytvára triedny učiteľ vtedy, keď je so svojou triedou. **VTEDY, AK PRÍDE PODNET OD ŽIAKOV A VTEDY, AK SA NA TO CÍTI** (vid' odporúčania nižšie). Neriešime všetci všetko a neriešime to stále.
 - B) Na otváranie tém o súčasnej situácii primárne využívame hodiny, ktoré sa prirodzene ponúkajú – dejepis, etika, náboženstvo, občianska náuka. Na slovenčine môžete písať listy, na výtvarnej kresliť obrázky deťom utečencov. Na základe toho sa potom môžete s deťmi rozprávať. Pokojne ale využite akúkoľvek svoju hodinu, ktorú máte s Vašimi žiakmi, ak budete cítiť potrebu od žiakov.

Naše psychologičky vám už cez týždeň posielali metodické odporúčania z ŠPU – prosím pozrite si ich, zásady v nich uvedené platia (str. 3, 4). **Na nasledujúcich riadkoch sme pre vás zhrnuli najdôležitejšie rady, ktoré by Vám mali byť nápomocné v najbližších dňoch v škole. Prosím, všetci si ich prečítajte.** Ak budete potrebovať, prídte v pondelok pred vyučovaním do zborovne, budú tam pre Vás naše školské psychologičky. V pondelok po vyučovaní nás čaká porada, tam sa môžeme porozprávať viac a situáciu spoločne zhodnotiť.

ÁNO: čo je vhodné robiť a ako je vhodné postupovať

- AKO UČITEĽ REAGUJEM NA ZÁKLADE TOHO, ČO PRICHÁDZA OD ŽIAKOV. Moja snaha by mala smerovať k vytvoreniu bezpečného priestoru na zdieľanie – obavy žiakov, čo o téme vedia, ako s ňou nakladajú, priestor na kladenie otázok. Nie ja prinášam témy, ale pýtam sa – s čím sa stretli, čo si myslia, čo sa dozvedeli, či je niečo, čo ich najviac trápi...
- SNAŽÍM SA UVEDOMIŤ SI SVOJE POCITY A ZHODNOTIŤ SVOJU SITUÁCIU. Robím iba to, na čo sa cítim.
- JE V PORIADKU PRIZNAŤ PRED ŽIAKOM SVOJE POCITY. Povedať „*som smutný, cítim neistotu, neviem, čo bude, som zmätená ...*“ je v poriadku. Deti vycítia, ak vaše prežívanie a vystupovanie nie sú v súlade. To ich môže ešte viac miast. Aj keď som našťavaná, smutná, bezmocná – to neznamená, že to nezvládam. Sú to normálne, primerané pocity v tejto situácii. Ide však o to, žiakov svojimi pocitmi nezavalíť.
- AKO MÔŽEM ZAČAŤ TÉMU (keď sa na to cítim, a ak vyhodnotím, že žiaci by to potrebovali). Postačí spýtať sa žiakov, ako sa mali cez prázdniny, ako im bolo. Ak mám so žiakmi blízky vzťah a sme zvyknutí takto komunikovať, môžem pridať svoj pocit, napr. „*Mne bolo smutno/ ťažko....*“. „*Rozprávali ste sa o tom doma s rodičmi?*“; „*Ako o tom premýšľate?*“
- VYJADRUJEM JASNÝ ODMIETAVÝ POSTOJ K NÁSILIU. Nech je moje presvedčenie o súčasnej situácii akékoľvek, snažíme sa spolu s deťmi ukotviť sa v základných hodnotách, hľadáme, čo nás všetkých spája. Ako učiteľ v každom prípade odsúdím akékoľvek výzvy k násiliu. Napr.: *Násilie na ľuďoch, ktorí vôbec nemôžu za politickú situáciu je ZLÉ. Keď niekto stratí domov, bojí sa o svoj život alebo o svojich blízkych, je to ZLÉ. Keď niekoho v nejakej krajine zbijú a dajú do väzenia za to, že prejavil svoj názor, je to ZLÉ.*
- SOM CITLIVÝ NA NÁLEPKOVANIE. Aktívne na to upozorňujem, dôrazne reagujem na tendencie detí nálepkovať (Ukrajinci ako skupina, Rusi ako skupina). Chceme predchádzať pestovaniu kolektívnej viny. Aj keď nemáme v triede ruské deti, preventívne zasahovať v zmysle, že deti, ľudia, jednotlivci nenesú zodpovednosť za celú skupinu, ani za rozhodnutia lídrov tejto skupiny. O tomto sa môžete rozprávať.
- JE V PORIADKU PRIZNAŤ SI, ŽE „NEVIEM...“. Na otázky žiakov, na ktoré nemáte odpovede, pokojne odpovedajte, že neviete. Je to situácia nie bežná. Ukazujete nie svoju slabosť, ale svoju ľudskosť.

- SMERUJEM DETI NA MOŽNOSTI ZAPOJENIA SA, POMOCI. Tzv. zmocňovanie je dobrým nástrojom voči pocitu bezmocnosti. Rozprávajte sa o maličkostiach, ktoré môžeme urobiť pre druhých ľudí. Keď pomáham, pomáha to aj mne.
- LÁSKAVOSŤ. Vytváram v triede atmosféru prijatia, nápomocnosti. Sme tu jeden pre druhého. Podnecujem rozhovory o súcite, empatii.
- VŠÍMAM SI DETI, KTORÉ SA NEMAJÚ DOBRE – tie, u ktorých badáme výraznú zmenu oproti ICH normálu (pre každého je prirodzené niečo iné).
- FYZICKÁ AKTIVITA - pohyb, prechádzka, výtvarné aktivity (napr. nakresli, ako vyzerá tvoj strach), písanie listov – dodáva pocit aspoň čiastočnej kontroly nad situáciou. Ak viete, môžete deti učiť, ako relaxovať, ako dýchať...
- RUTINA JE FAJN. Hodiny, prestávky dodržiavame.
- UPRIAMUJEM POZORNOSŤ NA ZVLÁDACIE ZDROJE. Ako učiteľ môžete byť vzorom zvládacích stratégií: „*Ja keď som smutný, mne pomáha toto. Čo pomáha vám?*“ Podporujeme používanie zvládacích stratégií. Môžete napr. deti vziať dolu k jedálni k našej nástenke a diskutovať o tom, čo komu pomáha.
- MY (UČITELIA A VYCHOVÁVATELIA) SME K SEBE TOLERANTNÍ. Skúsme si, prosím, aj ako zamestnanci udržať tento mód (podobne ako sme to robili pri očkovaní/neočkovaní) – spája nás spoločný cieľ – túžba žiť v mieri. Ideme deťom príkladom.
- TRIEDA, KDE MÁME UKRAJINSKÝCH ŽIAKOV. Nemusím primárne riešiť žiaka. Je to problém, ktorý sa týka nás všetkých. Môžem sa žiakovi mimo triedu prihovoriť, spýtať sa ho, čo by potreboval. Ak chcem dieťa osloviť a pýtať sa ho pred ostatnými, tak sa ho pred hodinou nutne opýtam v súkromí, či chce o tom pred triedou hovoriť, či je ochotný. Rešpektujem jeho rozhodnutie. Deti vediem k tomu, aby nenálepkovali a nevytvárali nemenné kategórie (Rusi, Ukrajinci...)
- SO STARŠÍMI ŽIAKMI je fajn rozprávať sa o zdrojoch informácií, čo sú dôveryhodné zdroje, ako sa rozhodujem o vhodnosti informácií, preberám (ak to viem) základy mediálnej gramotnosti. Podnecujeme rozvoj kritického myslenia.
- NEBOJÍM SA OSLOVIŤ ŠKOLSKÉ PSYCHOLOGIČKY. Ak si neviete rady, chcete sa porozprávať, potrebujete pomoc, chcete niečo skonzultovať, prídte za nami, zavolajte nám (0948 111 662 Iva pondelok až piatok, 0948 006 192 Gabika pondelok, utorok, piatok), zavolajte nás do triedy, ak treba.

NIE: prosím, vyvarujme sa:

- REAKCIE DETÍ NEHODNOTÍM, NEPOSUDZUJEM. Deti majú pre ne dôvody, počujú všeličo, predstavujú si to po svojom, spracovávajú si to po svojom – aj keby sa nám reakcie zdali akokoľvek nevhodné a bizarné, dieťa za ne nekarháme (t.j. nepovieme mu, že je bezcitný, zlý, nepovieme, že „to nie je pekné“ – skôr situáciu využijeme na debatu, na zistenie toho, ako to dieťa prežíva, čo si predstavuje. Významy, aké slovám a obrazom dieťa prikladá, sa veľmi môžu líšiť od našich vlastných).
- TÉMY NEVNUCUJEME. Čo môžeme urobiť, je ponúknuť priestor. Dať si pozor na rozlíšenie medzi potrebami vlastnými (napr. odprezentovať svoj názor) a potrebami detí.
- ÍŠŤ DO TÉMY, KEĎ O SEBE VIEM, ŽE TO NEMÁM SPRACOVANÉ. Hlavný náš cieľ je byť žiakom oporou. Toto však viem urobiť iba vtedy, ak som ja sama upokojená. **Je nutné postarať sa najprv o seba.**
- ZDIELAŤ SO ŽIAKMI SILNÉ EMÓCIE. Silné pocity ako napr. záchvat plaču, panický strach, veľká zlosť, pocity, ktoré vás valcujú, pred žiakmi nedávame najavo. Naším cieľom je im byť oporou. Aby sme boli schopní žiakov upokojiť, musíme upokojiť najprv seba.
- KONFLIKT MEDZI DVOMA ŽIAKMI NERIEŠIM S CELOU TRIEDOU. Problematické veci ako napr. názorové nezhody medzi jednotlivými žiakmi sa snažím primárne riešiť iba s jednotlivcami, ktorých sa to týka. V pokojnej atmosfére, kde sa snažím ich vypočuť, pochopiť. Nie skritizovať.
- V ŽIADNOM PRÍPADE NEZAČÍNAM TÉMU POSTAVENÍM SA NA STRANU PROPAGANDY A NEOBHAJUJEM PREZIDENTA PUTINA. Aj keby sa jednalo o moje presvedčenie. Učiteľ má (nezávisle od svojho politického presvedčenia) šíriť **toleranciu, úctu k ľuďom, obhajovať demokratické hodnoty**. Ako pedagogickí zamestnanci vyjadrujeme neutrálny postoj školy V SYMPATIÁCH KU KRAJINÁM, ale vyjadrujeme zásadný odmietavý postoj voči násiliu a vojne.

**Ďakujeme za prečítanie a držíme si palce. Každý podľa svojich možností.
Bud'te láskaví aj k sebe. Spolu to zvládneme.**