



ДЕПАРТАМЕНТ
ОСВІТИ І НАУКИ
Департамент освіти і науки



Як спілкуватися з незнайомими людьми в умовах воєнного конфлікту

СПІЛКУВАННЯ В БЕЗПЕЧНОМУ МІСЦІ

Під час війни краще не розпочинати розмови без потреби.

Говорити з незнайомцями в магазинах, транспорті чи аптеках може бути недоцільно. Звісно, ви можете обмінятися кількома підбадьорливими словами з іншими. Але якщо хочете виговоритися, то робіть це в колі людей, яким ви довіряєте.

Коли бачите або вам здається, що незнайомиць потребує психологічної підтримки, заговоріть до нього та поцікавтеся, чи можете ви якось допомогти.

Якщо допомога потрібна вам, зверніться до конкретної людини.

Вона швидше зреагує на ваше прохання, аніж натовп.



СПІЛКУВАННЯ В НЕБЕЗПЕЧНОМУ МІСЦІ

У місцях з підвищеною небезпекою радимо дбати про себе й обмежуватися тільки важливими для вас питаннями.

Якщо ви та люди довкола в безпеці, можна вести спокійні й негучні розмови, щоб не турбувати зайвий раз інших. Не піднімайте політичні теми, не варто згадувати трагічні події, які відбуваються не у вашому місті. У багатьох відчуття втоми та виснаження, тому негативні меседжі сприйматимуться ще болісніше.

Натомість обговоріть, що відбувається навколо вас і що ви разом можете зробити для своєї безпеки.



СПІЛКУВАННЯ В УМОВАХ ОКУПАЦІЇ

Будьте максимально обережними.

Не розпочинайте дискусії, адже ваші політичні переконання можуть відрізнятись від думки незнайомих людей.

Інколи мовчання може вберегти від поганих наслідків.



Навчально-методичний центр забезпечення якості освіти
КЗВО «Дніпровська академія неперервної освіти»

0665564030, 0973440131 Ірина
emcentre.health@gmail.com

<https://www.facebook.com/pls.dnipro/>
(PRO здоров'я та безпеку молоді)

