



ОПИСАНИЕ ЗАНЯТИЯ

Продолжать расти, несмотря на горе

- Поспособствовать пребыванию ребенка на свежем воздухе, и показать, что физическая активность может помочь в преодолении горя
- Показать преимущества «менталитета роста и развития», помогающего легче справиться с горем
- Усилить ощущение контроля и овладения навыками, важными для ребенка



.....

Столкнувшись со столькими потерями и переменами в своей жизни, ребенок может чувствовать себя потрясенным и раздавленным своим горем. Данное описание занятия содержит два задания, которые вы можете использовать, чтобы помочь ребенку справиться со своим горем — не игнорируя его, а рассматривая как отправную точку, с которой он может начать восстанавливать свою жизнь.



ВЫРАЩИВАНИЕ ЦВЕТОВ ИЛИ ОВОЩЕЙ

Первое задание — практическое, и его результаты станут видны только по прошествии времени. Так часто именно во время занятий в саду — посадки саженцев или семян, прищипывания побегов или полива растений — вдруг гораздо более естественно могут завязаться очень важные разговоры о жизни, когда ребенок может захотеть поделиться самым сокровенным.

Посадить под вашим руководством семена, ухаживать за саженцами и наблюдать за их ростом — все эти занятия могут оказать благотворное влияние на представления ребенка о росте, развитии, постоянном изменении всего живого. Национальным цветком Украины является подсолнух, поэтому мы предлагаем посадить семена подсолнечника, однако это занятие можно адаптировать под себя и свои ресурсы.

Если по какой-то причине растения, которые вы решили посадить, не дали всходы, можно использовать это событие, чтобы поговорить о разочаровании. Можно поразмышлять о том, насколько важно не сдаваться, если вдруг дела пошли не по плану. Можно также задуматься о том, что нового вы узнали о выращивании семян, и решить, что когда-нибудь сможете попробовать вырастить их снова.



ЧТО ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

- Семена подсолнечника (или семена любых других сезонных цветов, которые нетрудно достать)
- Горшки для растений и компост, или небольшой участок в саду или огороде, где есть место для посадки растений



ПОРЯДОК ДЕЙСТВИЙ:

Вместе с ребенком (и другими членами семьи, если они захотят принять участие) посадите несколько семян в небольшие горшки или лотки для рассады, и ухаживайте за ними, как указано на упаковке. Со временем, когда они начнут разрастаться, их нужно будет переместить на садовую грядку или в контейнер для растений под окном.

Ребенку может понравиться замерять рост саженцев, составлять график их роста, делать их фото или зарисовки, и делиться этими изображениями со знакомыми. Часто дети испытывают гордость, видя, что сами что-то вырастили, поэтому не забывайте похвалить ребенка и порадоваться его успеху! Если у ваших близких в Украине есть доступ к интернету, сфотографируйте ребенка с выращенными им растениями или цветами, и отправьте фото в электронном виде. Или вклейте фото в специальный альбом, чтобы запечатлеть эти прекрасные моменты в жизни ребенка; таким образом он позже — когда ему, возможно, будет проще осмыслить этот важный период его в своей жизни — сможет заглянуть в своё прошлое.



ОПИСАНИЕ ЗАНЯТИЯ

Продолжать расти, несмотря на горе

МОЁ СЕМЕЙНОЕ ДЕРЕВО И Я

Это задание может стать действенным, наглядным способом укрепить чувство собственного достоинства ребенка и заставить его задуматься о себе — своих корнях, кем он является сегодня, о чём мечтает и надеется в будущем.



ЧТО ВАМ ПОНАДОБИТСЯ

- Бумага формата А4 или распечатка описания занятия «Мое семейное дерево и я», доступного на нашем сайте (www.bearusinmind.org.uk)



В ПОРЯДОК ДЕЙСТВИЙ:



- Начните с того, чтобы показать ребенку лист бумаги с заданием и объяснить цель этого занятия — показать, что он продолжает расти, несмотря на все пережитые им потери. Так же, как он растет физически, так же растет и его сила и стойкость. Его тревожность также растет, но он находит способы не дать ей разрастаться слишком сильно.
- Начните с **корней**. Почитание предков имеет большую важность для ребенка-беженца, поэтому хорошей идеей будет на картинке с изображением **корней** дерева обозначить **главных людей** в его **семействе** (как живущих, так и умерших), например, своих родителей, бабушек и дедушек, братьев и сестер, и других важных для него людей, которые сформировали его как личность.

«Рита не была мне родной матерью, но всегда была рядом, пока я росла — она всегда готовила мне еду, пока мама работала».



«Мой дедушка умер до того, как я родился — он был солдатом на войне. Все говорят, что я очень на него похож, особенно когда улыбаюсь. Я, как и он, умею работать руками и люблю мастерить».

- Далее перейдите к **стволу дерева**. Помогите ребенку определить свои **сильные качества** — возможно, ребенок никогда раньше этого не делал, поэтому ему можно помочь, предложив несколько вариантов или задавая наводящие вопросы. Например, что помогает ему становиться более стойким и жизнерадостным? Какие качества его предков могут ему в этом помогать? Какие положительные качества подмечают в нём другие люди?
- Теперь перейдите к **ветвям дерева**. Ветви символизируют надежды и мечты ребенка о собственном будущем, например, «Кем я хочу стать, когда вырасту».
«Я хотела стать танцовщицей, но теперь не могу ходить в свою школу танцев, так как ее разбомбили. Но я все равно стану танцовщицей, и пока могу учиться танцевать через YouTube».
- Листья **на ветвях** дерева — это все те новые для них люди, которым они доверяют и которых уважают, которые помогают им в их новой жизни, вдали от родного дома.
«Родители моей новой учительницы родом из Польши. Она очень добрая и всегда помогает, когда я не понимаю, что мне говорят».
«Пастор в церкви — очень добрый, он иногда заходит к нам в гости и играет с нами в футбол у нас в саду».
«Отец семейства, у которого мы остановились, очень хорошо ко мне относится — он каждую неделю возит меня на занятия по дзюдо. Он говорит, что когда-нибудь я получу черный пояс».
«Билл обожает футбол и каждую субботу берет меня на матч вместе со своим внуком Адилем, который стал моим лучшим другом».
- И наконец, на картинке можно нарисовать **солнце**, как символ того, что дети любят **делать больше всего**, что дает им энергию, как например, разговор с другом или игра в футбол.

К этому занятию можно вернуться в другой раз, чтобы узнать, изменятся ли представления ребенка, когда он познакомится с новыми людьми или начнет заниматься новым хобби.