

1. Знайомство

Запропонуйте дітям сісти на підлогу, на ковдри або стільці, утворивши велике коло. Керівники групи також мають сісти у колі, але не поруч один з одним. Витратьте кілька хвилин на виконання одного з описаних далі завдань, щоб діти могли познайомитися та звикнути перебувати разом у групі.

Група може вибрати, яким чином вони бажають знайомитися. Керівники мають представити себе групі у той же спосіб.

- Діти розділяються на пари і ставлять один одному прості запитання (ім'я, улюблена їжа, улюблені ігри тощо); потім кожен представляє свого партнера решті дітей.
- Діти кидають один одному круглу подушку або м'яч. Хто ловить м'яча, має сказати своє ім'я та будь-які дві речі про себе.
- Кожна дитина заповнює коротку анкету із запитаннями біографічного характеру. Керівники групи зачитують анкети і група намагається вгадати, про кого йдеться.

2. Представлення групи

Після знайомства треба розповісти дітям, для чого зібралася група, і пояснити, що це перша з п'яти зустрічей. Дуже важливо безпосередньо сказати про те, що ви обговорюватимете війну і те, як вона вплинула на дітей. Також треба повідомити, що розмови можуть іноді бути важкими та сумними, але при цьому потрібно викликати в дітей відчуття надії та оптимізму щодо можливості вирішення їхніх проблем. Скажіть щось на кшталт такого:



Сьогодні ми з вами зустрілися, тому що хочемо пережити ті жахливі речі, що сталися з нами під час війни. Ми знаємо, що і дітям, і дорослим може бути важко жити зі спогадами про ті страшні речі, які вони бачили чи відчули на собі. Кожна людина постраждала від того, що вона побачила, але різні діти переживають по-різному, і немає правильного чи неправильного способу відчувати щось. Про війну говорити важко, і ви всі дуже хоробрі та відважні, бо прийшли на це заняття. Сьогодні ми хочемо показати вам деякі способи та трюки, що допоможуть вам легше переживати спогади про те, що з вами сталося. Наша ідея полягає в тому, що ми можемо допомогти один одному покращити своє самопочуття.

Дуже важливо з самого початку встановити певні правила і, якщо це можливо, дозволити дітям самим встановити деякі з них.



Оскільки іноді ми будемо говорити про важкі речі, нам потрібні деякі правила, щоб почуватися комфортніше — пам'ятайте, що ми всі з вами заодно і працюватимемо разом, як одна команда.

Спробуйте скерувати групу визначити наступні необхідні правила, і якщо дітям це не вдасться, визначте їх самі. Якщо це можливо, запишіть їх так, щоб усі могли їх бачити і за потреби швидко знаходити надалі:

- Довіра;
- Взаємоповага;
- Ніхто не зобов'язаний говорити, але всі мають слухати один одного;
- Спілкуватися у своєму власному темпі;
- Говорити лише про себе, а не про інших;
- Вислуховувати розповідь до кінця;
- Не перебивати інших;
- Прийти на всі п'ять зустрічей.