

Чи хтось із твоїх близьких помер?

Ідеї, які допоможуть твоєму вчителю підтримати тебе

□ Будь ласка, поговоріть зі мною про те, як повідомити решті мого класу та персоналу про те, що сталося.

□ Запитайте мене, як я себе почуваю. Це може бути неочевидним.

□ Поговоріть зі мною про те, що сталося. Мені може знадобитися більше інформації, порад та обізнаності щодо втрати.

□ Надайте мені додаткову підтримку з усіма речами, які я в стані робити, і не забувайте про мене.

□ Розкажіть мені про групи для дітей та молоді, які також переживають втрату та зміни.

□ Дайте мені записку, яка дозволить мені ненадовго вийти з класу без пояснення, якщо я відчуваю себе засмученим.

□ Складіть зі мною план, як я повернуся до школи.

□ Допоможіть мені впоратися, ставлячись до мене так само, як і до всіх інших.

□ Зрозумійте, що є багато речей, з якими я зараз розбираюся в собі. Я буду встигати як зможу.

□ Організуйте отримання додаткової допомоги з моїм навчанням, щоб я не відставав.

□ Зрозумійте, що мені важко відчувати мотивацію. У мене можуть виникнути труднощі встигнути зробити все вчасно.

□ Зрозумійте, що я не «переживу» або не «залишу це позаду», але з часом навчуся справлятися з усіма змінами.

□ Допоможіть мені знайти нові мрії про майбутнє і створити плани.

□ Будь ласка, спробуй...

.....
.....
.....

Чи хтось із твоїх близьких помер?

Ідеї, які допоможуть твоєму вчителю підтримати тебе

Люди по-різному справляються з ситуацією, коли хтось помирає. Часто вчителі хочуть допомогти тобі у твоєму горі, але не знають як.

На іншій стороні цієї картки ти знайдеш поради від інших молодих людей, які пережили горе, щодо того, як твій учитель може тебе підтримати.

Постав галочку там, де, на твою думку, в цей момент може бути в нагоді допомога, і дайте цю картку своєму вчителю, щоб почати розмову.

Наші листівки "Я можу... Ти можеш..." створені, щоб допомогти тобі отримати необхідну підтримку. Для отримання додаткових ідей (англійською мовою) та місцевих і національних організацій підтримки відвідайте childhoodbereavementnetwork.org.uk

З подякою молодим людям і тренерам "Seasons for Growth" у Центрі Нотр-Дам у Глазго.



CHILDHOOD
BEREAVEMENT
NETWORK

Вчитель

Я можу... Ти можеш...

Registered charity
number 258825

NATIONAL
CHILDREN'S
BUREAU

Part of the family

РАЗОМ ПІДТРИМУЄМО ДІТЕЙ У СКОРБОТІ