



Що може допомогти дітям для підтримки ресурсу під час війни?



Руханка.

Повторюйте рухи під музику, повторюйте, як рухаються звірі тощо.



Список.

Створіть разом список справ, дій, явищ, які дозволяють поповнити внутрішній ресурс, коли дитина наодинці та коли дитина з батьками.



Дискусія.

З'ясуйте, що може допомогти вашій дитині відновити сили, поділіться своїми думками на цю тему.



Арт-терапія.

Використовуйте фарби, олівці, пластилін, пазли тощо.

Сигнали.

Проговоріть, як дитина може сигналізувати про те, що їй потрібна підтримка - наприклад, придумайте таємне слово, яке дитина зможе використовувати.

