

Життя для українців, яких війна вигнала із своїх домівок, зараз набуває особливої цінності. Кожен біженець має спогади та втрати, великий біль, із яким справляється по-своєму. Підтримуючи зустрічі для біженців з України, які проводяться завдяки Slovenska humanitarna rada мають великий попит серед дорослих та дітей.

Зустрічі для дорослих проводить коучинг з України Ірина Стегостенко у навчальному просторі K7, досуг дітей у Центрі дитячого дозвілля Domof creativity проводили силами працівників UNHCR та COMIN та волонтерів.

Щоразу, після таких зустрічей, у жінок розправляються плечі, сяють очі та знаходяться рішення. Діти, після зустрічей, веселі, відкриваються та починають мріяти.

4.06.22 перша зустріч була присвячена темі «Психологія війни». Саме на цій зустрічі були розглянуті можливі реакції на стрес на фізіологічному та психологічному рівнях. Розібрали прояви та реакції на стрес у дорослих та дітей, проаналізували можливі наслідки. Усі присутні мали змогу пройти тестування свого емоційно-психологічного стану та підібрати дієві інструменти для

підтримки себе та своїх дітей. Всі практики врегулювання свого стану учасники спробували на собі, було багато питань, відповіді на які отримали всі.

11.06.22 зустріч була присвячена спілкуванню «Особливості спілкування під час війни» з дітьми та дорослим. На зустрічі жінки розповідали про свої складні ситуації, про те, з чим впорались, а що потребує допомоги. Присутні зрозуміли та потренувались налагоджувати стосунки в стресових та напружених ситуаціях, дізнались найкращий алгоритм спілкування з дітьми. Зустріч дала багато тепла, підтримки та надії рухатись далі.

18.06.22 відбулася третя підтримуюча зустріч для українців «Крила України». Це зустріч, на якій кожен біженець відчув свою силу, внутрішні тазовні опори, силу України, яка допомагає у складні часи.

Працьовитість, свободомислення, нескореність, талановитість, плекання до свого коріння... та ще багато іншого українські жінки визнали складовою ДНК України. Кожна жінка пішла з заходу мотивованою будувати життя далі, розуміючи свої сили та підтримку, мріяти та досягати своїх цілей.

25.06.22 закривали червень зустріччю «Вирішування складних питань із дорослими та дітьми». Учасники познайомились з алгоритмом ненасильницького спілкування, дізналися про теорію Маршалла Розенберга.

Наразі, закінчилась серія підтримуючих зустрічей у червні для дітей та дорослих з України. Ці зустрічі мають великий попит та успіх досягнення цілей, які ми пере собою ставили. Люди приводять до ладу свої думки, починають планувати життя, продовжують жити в нових умовах. Саме тому, ми вже плануємо заходи на серпень-вересень та готові запрошувати на них всіх бажаючих.