



KOMUNIKACE S LIDMI S MENTÁLNÍM POSTIŽENÍM

Jak mluvit o současné situaci





I lidé s mentálním postižením vnímají současnou atmosféru.

Nesnažte se je chránit předstíráním, že se nic neděje.

Budte k tématu otevření. Pokud projeví zájem a potřebu, **mluvte s nimi o současném dění.**

Budte vnímaví k jejich emocím. **Vysvětlujte vše jednoduchým jazykem**, vyhněte se přílišným abstrakcím, obsah uzpůsobte individuálním potřebám člověka.





Využijte obrazovou podporu.

Vysvětlete například s použitím mapy,
kde ke konfliktu dochází.

Ukažte, jak se **daří pomáhat.**

Ubezpečte je, že je normální prožívat v
současné situaci **strach, smutek a**
úzkost.

Legitimizujte své i jejich emoce.





Zároveň **buďte klidní a uklidňujte.**

Situaci nezlehčujte, ale ubezpečte člověka s postižením, že **jsme v tuto chvíli v bezpečí** a uděláme, co budeme moct, aby to tak zůstalo.

Mohou vám pomoci některé relaxační techniky.

Vysvětlujte, že **většina Rusů, s nimiž se setkájí, s válkou nesouhlasí** a není za ni zodpovědná.



I lidé s postižením mají touhu být prospěšní.



Zmapujte s nimi, jak ve své situaci mohou pomoci. V organizacích můžete založit sbírkovou kasičku, sbírku materiální pomoci, společně se pomodlit, pokud jste věřící, sdílet sbírkové účty a podobně.

Podpořte lidi s postižením v truchlení.

Pomocť mohou rituály, například zapálit svíčku za oběti války.

Zároveň jim pomozte najít **vděčnost za prostředí**, v jakém žijeme my, vyzdvihujte hodnoty a podpořte je v tom, aby se **z jejich životů nevytratila radost**.

Nezapomínejme, že se musíme nejdřív **postarat o sebe, abychom mohli pomáhat druhým**.

