



Проект «Живая связь поколений» реализуется УО «Гомельский государственный областной Дворец творчества детей и молодежи» в рамках гуманитарной программы «Место встречи: диалог», осуществляемой МОО «Взаимопонимание» при поддержке Фонда «Память, ответственность и будущее»

Особенности взаимодействия с ветеранами

Важно знать, с какими проблемами по возвращении домой сталкиваются ветераны:

- Нарушение сна
- Недоверие к родным
- Восприятие мира как угрозы
- Одиночество
- Дезадаптация
- Невозможность раскрыть чувства
- Чувство вины за вещи, которые он совершал
- «Я пережил войну, а всем плевать» – отчуждение
- Страх адреналина
- Физические увечья
- Агрессия

Симптомы психологической травмы солдата:

- Повторяющиеся кошмары / бессоница
- Панические атаки, тревожность
- Неспособность создавать позитивные контакты
- Нежелание говорить о войне, либо только о ней и говорит
- Депрессия. Потеря смысла, веры во что бы то ни было. Отсутствие желаний, амбиций
- Нарушение памяти и концентрации внимания
- Неконтролируемая агрессия, нервозность
- Отсутствие эмоций
- Флешбеки

Реабилитация солдат зависит от многих важных факторов, например:

- Встреча с родными и близкими;
- Общественная благодарность за выполнение долга перед Родиной;
- Доступность льгот и повышение социального статуса;
- Новая интересная деятельность, хобби;
- Ведение общественной жизни;
- Общение.

Проект «Живая связь поколений» реализуется УО «Гомельский государственный областной Дворец творчества детей и молодежи» в рамках гуманитарной программы «Место встречи: диалог», осуществляемой МОО «Взаимопонимание» при поддержке Фонда «Память, ответственность и будущее»

Особенности общения с пожилыми солдатами

- Психическая активность пожилых лиц падает. Они быстро устают, в связи с этим, нужно внимательно следить за их состоянием и, обнаружив первые признаки усталости, *давать ему возможность отдохнуть, «перевести дыхание».*

- Внимание ветеранов часто легко отвлекается внешними причинами, и тогда они теряют нить разговора, часто забывают о чем шла речь. Важно при общении создать такие условия, чтобы ничто не отвлекало их от разговора. Плохо воспринимается быстрая речь с короткими промежутками. *Нужно говорить достаточно медленно, с перерывами между словами.*

- Если ветеран говорит с Вами с раздражением, ни в коем случае не отвечайте ему тем же. *Отвечайте мягко, постарайтесь отвести разговор от темы, вызывающей у пожилого человека раздражение или неприятное чувство.*

- *Расспросы ветеранов об их прошлом* часто очень благотворно действуют на них. Можно попросить рассказать пожилого человека о его, детстве, местах, где он жил в юности, о прошлой работе, интересах. Очень хорошо вместе рассматривать старые фотографии мест, где он родился, жил, трудился, особенно те, на которых он изображен в силе, при исполнении социально значимой работы. Это всегда способствует повышению самоуважения пожилого человека. Однако пожилые люди должны чувствовать действительную заинтересованность в рассказываемых событиях, желание пережить то, что когда-то он пережил и перечувствовал.

- Пожилые люди охотно играют в *игры*, в том числе простые, в какие мы все играли в детстве: мозаики, лото, домино, пазлы. Если им организовать рабочее место, они охотно шьют, плетут, вяжут, вырезают, рисуют и т. д.

- При столкновении с ярко выраженными симптомами тревоги, страха, необходимо «заземлить» ветерана. *Приемы заземления:*

- «Назовите 5 предметов, которые вы видите»

- «Назовите 3 вещи, которые вы слышите» (шум машины, музыка из окна и т.п.)

- «Посмотрите вверх» Люди в стрессовом состоянии обычно смотрят вниз и сосредотачиваются на внутренних ощущениях, что может усилить панику/тревожность/боль. Посмотрите вверх, на небо/потолок, сделайте глубокий вдох и выдох.