**Як покращити адаптацію дитини до іншого місця проживання під час вимушеного переселення:**

* поясніть дитині, що відбувається та чому ви не можете повернутися додому;
* не ігноруйте питання дитини. Якщо дитина не чує відповідь, то її стан погіршується;
* обсудіть з дитиною чим вона може займатися, де може погратися, де спокійно посидіти;
* разом продовжуйте робити те чим ви займалися «раніше» (стабільність та безпека);
* дитина повинна взаємодіяти з іншими людьми – це можуть бути спеціалісти: психологи, арт-терапевти, соціальні працівники, волонтери, а можуть бути інші діти;
* частіше обіймайте дитину (не менше 12 раз в день);
* не приховуйте свої почуття (не обманюйте
* та не відходьте від відповіді), надайте дитині безпечну інформацію про те, що вас турбує;
* дивіться дитині в очі, коли слухаєте її. Такий контакт через погляд «каже»: «Як ти?», «Як твої справи?», «Я поруч, тобі зараз важко, я готова допомогти» (таким чином ви заглядаєте в душу дитини);
* не знецінюйте почуття дитини (дозволяйте плакати, боятися, сумувати та злитись). Кажіть, що це природньо для такої ситуації;
* будьте уважним слухачем «страшних» історій вашої дитини.

Автор: Олена Карнадуд