

Хочу подякувати ветерану. Як це зробити?

ТИ ЯК?

Всеукраїнська програма
ментального здоров'я
за ініціативою Олени Зеленської



USAID
ВІД АМЕРИКАНСЬКОГО НАРОДУ



Дякувати можна й треба, але...

враховуйте, що насправді не всі військові, ветерани й ветеранки готові вислуховувати подяку. Наприклад, перед вами може бути штабний працівник, який не воював. Його робота безперечно важлива, та якщо подякувати йому за участь у бойових діях, людині може стати ніяково.

Подякуйте «за службу».

Важливо, аби подяка
не стала тригером.
Але тригери в усіх
різні, тож...

якщо перед вами незнайома людина,
краще використати **невербальні сигнали**
— посмішку або вітальний кивок.

Якщо ви впевнені, що
перед вами людина,
яка брала участь у
бойових діях...

...просто скажіть «Дякую за службу».

Не жалійте ветеранів,
у жодному разі не
пропонуйте гроші.

Це ображає.

Здається, що слів
замало? Пригостіть
ветерана чи ветеранку
кавою, але...

...не ображайтеся, якщо людина відмовиться.

Це не говорить про те, що вона зарозуміла чи невдячна. По-перше, не всі можуть зрозуміти, що ви пропонуєте каву не через жалість, а від бажання висловити подяку.

По-друге, це може бути особливістю характеру людини, через яку їй важко приймати подяку.

Вам ніяково звернутися
до ветерана чи
ветеранки особисто?
Передайте записку.

Таким чином найчастіше дякують жінки та діти: напишіть листа з подякою, намалюйте щось від руки або підпишіть листівку. Це теж добре сприймається.

Пам'ятайте: найкращий спосіб подякувати
— проявити повагу і розуміння 🙏