

4. የደህንን አት ቅደምተከተል ሂደቶች ገምገማ። ይህም በቤትና በት/ቤት ሂደቶችንና መከላከያዎችን ያጠቃልላል። አስፈሪ ነገር ሲጋ ጥማቸውን አደጋ ሲሰማቸው ልጆች ሄደው ማናገት ያለባቸው ቢያንስ አንድ አቅጣጫ ለማድረስ ሰው ለባቸው።
5. የልጆችን ስምዎ ሁኔታ አስተውሉ። አንዳንድ ልጆች ስጋታቸውን በቃል መግለጽ ሊሰናቸው ይችላሉ። በስነ ምግባር፣ በምግብ ፍላጎት፣ እና በአንቅልፍ ይዘታ ለሰማቸው ማየት የልጆችን መጠኔ ቅና ማየት ማግኘት ያስጠይቃሉ። በአብዛኛዎቹ ልጆች፣ እነዚህ ምልክቶች በመጽናናትና ከግዜ ሂደት ጋር ይቃላሉ። በሆንም አንዳንድ ልጆች ደብልጥ ለተጠናከረ አደጋ ሊጋለጡ ይችላሉ። ከዚህ ቀደም አስፈጻሚ የሆኑ ልጆች ምንም እንኳን ልጆቻቸው ለሆኑት ያጋጠማቸው ልጆች፣ ከጭቀትና ከሌላ የአስፈጻሚ በሽታ የሚጠቃቸው ወይም ልዩ ፍላጎት ያላቸው ልጆች ከሌሎች በበለጠ አስቃይ አደጋ የሚጋለጡባቸው። የሚሰጡት ነገር ካለ የአስፈጻሚ ጠፍ ባለጥም እርዳታ ፈልጉ።
6. የንደነ ዚህ አይነት ሁኔታዎች በቴሌቪዥን ማየት ቀንሱ/ከልክሉ። በቴሌቪዥን ማየት ቀንሱ/ከልክሉ ቴሌቪዥኑም ጋራ ክፍል/አዳሪሽ ማዘን አለግጡን አስተውሉ። ለእድገት ተግባር ያልሆነ መረጃ፣ በተለይ በትናንሽ ልጆች ጭቀት ወይም መጽናናት ለያስከትል ይችላል። በልጆች ፊት፣ በነገረ ምክትም በሆነ፣ አዋቂዎች እርስበርሳችሁ ስለሚሰጡ ጋገጥ ስላቸው ይዘት ጥንቃቄ አድርጉ። ለቀጣይ ልጆች፣ ለጥላቻ፣ እና በንደነ ለተግባር አስተያየት የሚሰጡትን መለጠፍ ለከፍተኛ/አጥፊ።
7. የዘልምድ አሰሪርን አጥብቃችሁ ያዙ። ቅደምተከተሉን የጠበቀ አሰሪር አስተማሻና የአካል ጠፍን የሚያራምድ ነው። ልጆቹ በቂ አንቅልፍ መደብኛ ምግብና የአካል እንቅስቃሴ ማገናታቸውን አረጋግጡ። በትምህርት ስራቸው ከትምህርት ወጭ ለሚገኙት ወጪያቸው እንቅስቃሴዎች አበረታቷቸው ከአቅም ወይም ሆነ ባቸው ከሚጠበቅ ግን አትገባ ፋጅቸው።

ከልጆች ጋር ስትነጋግሩ ትከራት የሚደረግባቸውን ጥቦታ

- ት/ቤቶች ለደህንነት አስተማሻ ስጋታቸው ሆኑ። ት/ቤት ስራተኞች ከሚገኙት ከሆነ በደህንነት አቅራቢዎች (የቀበሌው ፖሊስና እሳት አደጋ፣ አስተርካይ ደረሰኞች፣ ሆስፒታሎች፣ ማህተሚያ) ጋር አብረው ይሰራሉ። ደህንነታችሁን ለመጠበቅ።
- የት/ቤት ሆንጻ አስተማሻ ነው ምክንያቱም ... (የት/ቤት ልዩ ስርአቶችን/ሂደቶችን ጥቀስ)።
- በት/ቤት ደህንነት ሀላፊነት ምንም እንኳን አለን። አስተዋይ ሆናችሁ ያለሚሆኑት፣ ደንጋጠሙ ወይም ፍራቻ የሚሰከትል ነገር ስታዩ ወይም ስትሰማ አዋቂ ሰው አስታውቁ።
- በሚታወቅ፣ በመገኘትና በሃላፊ መከላከል ልዩነት አለ። ለታዎች አዋቂ ሰው የምትታወቁትና የሚሰማውን በቀጥታ ሆነ በተዘጋጅ በመገንጠል ጉዳትን የሚከላከል አስፈላጊ መረጃ መስጠት ትችላላችሁ።
- ከሁለት ደብልጥ የከፋ ነገር ለኛር ይችላል ብሎ መክላከል ተከትሎ ስለሚገኝ ማንም እንኳን መገደብ ነገር ምንግዘም አይመጣም ብሎ ፍጹም ማስተካከል መጠበቅ ባይቻልም ት/ቤታችንን የሚካ አንድ ነገር ለሆነ ይችላል እና የመን እድል አለው በሚሰጡት ልዩነት መኖሩን ማን ዘብ አስፈላጊ ነው።
- ቅጥ የለሽ ሁከት ለመግምገም ለመግንዘብ ከባድ ነው። የሚሰደስታችሁን በመከራት፣ የተለገሙ አሰሪራችሁን በመግዛ፣ እና ከጓደኞቻችሁን ከቤተሰብ ጋር በመገንጠል ማከም እንዲሁም በሁኔታዎቹ ሁኔታዎች እንዲታዩን አደራ።
- አንዳንድ ስሜት ለሌሎችን የሚታዩ ደርጊት ይፈጽማሉ። ንደታቸውን መቆጣጠር አይቻልም ደረጃ ወይም አልኮል አስከራቸው ይሆናል። ወይም ከአስፈጻሚ ሀምዖ በመሆን ት/ቤት ደህንነት፣ አዋቂዎች (ወላጆች፣ ማህሪን፣ የፖሊስ ጠቅናኞች፣ ደክተኞች፣ የሃይማኖት መሪዎች) እነዚህን ስሜት ለመደባት ለሌሎችን ከመቆጣጠር እንዲቆጠቡ አጥብቀው ይሰራሉ። ክፍሉ ስለሚገኝ ስንድ ደርዳራ ታንደት ማገናኘት እንደምትችሉና ከደረጃ ከአልኮል እንደት እንደምትቀርቅ ማወቅ ለሀላፊነት ምንም አስፈላጊ ነው።
- ከጠምጃዎች/ሽጉሞች ለሌሎች መከራ ምንም ሆኖ ለሌሎች ማህሪን እንዲለው ካወቃችሁ ለአዋቂ ሰው ነገር። መከራ ምንም ሆኖ ማገናኘት ማቻል ወይ ነፍስ አጥፊ ሁከት ከሚመጣ ታሳቢ አደጋዎች አንዱ ነው።
- ሁከት ምንጊዜም ግል ችግር መፍቻ አይደለም። በት/ቤት የጸረ-ሁከት ፕሮግራም በመሳተፍ፣ የግጭት እርቅ አሚኒት ስሜት በመጣ፣ እና ጓደኛ ከንደነ፣ ጭቀት፣ ወይም ከሌሎች ለቆጣጠራቸው ከሚገኙ ሁኔታዎች ስታገል ከአዋቂ እርዳታ በመገልገል ለመገንጠል ማድረግ ማቻል አካል መሆን ይችላሉ።

ስለ ት/ቤት ደህንነት፣ ስለሁከት መከላከል፣ ስለልጆች አስፈጻሚ መግባት፣ እና ስለሌሎች ግብረሰብ፣ NASP ለወላጆችና ማህሪን ተጨማሪ መረጃ በሚሰጠው ድረ ገጽ አስፍሯል www.nasponline.org።
 ©2006, National Association of School Psychologists, 4340 East West Highway #402, Bethesda, MD 20814