Bezpieczeństwo dzieci i młodzieży — rozmowa, uważność, wsparcie

Informacja dla Rodziców i Opiekunów

Szanowni Państwo, Drodzy Rodzice i Opiekunowie,

w związku z niepokojącymi i niebezpiecznymi zdarzeniami, do których w ostatnim czasie dochodziło w szkołach, w tym atakami zagrażającymi bezpieczeństwu uczniów, pragniemy zwrócić szczególną uwagę na znaczenie rozmów z dziećmi o bezpieczeństwie, sposobach reagowania w sytuacjach zagrożenia oraz radzeniu sobie z trudnymi emocjami.

Takie wydarzenia mogą budzić u dzieci i młodzieży lęk, niepokój i poczucie zagrożenia. Warto zatem poświęcić czas na spokojną rozmowę, uważnie wysłuchać dziecka, odpowiedzieć na jego pytania i zapewnić je, że w trudnych sytuacjach może liczyć na pomoc dorosłych. Ważne jest również, aby obserwować samopoczucie dzieci i reagować na sygnały świadczące o przeżywanych przez nie trudnościach.

W trosce o bezpieczeństwo i dobrostan psychiczny dzieci zachęcamy Państwa do zapoznania się z poniższymi materiałami edukacyjnymi, które mogą być pomocne w rozmowach z dziećmi oraz w codziennym wspieraniu ich rozwoju emocjonalnego.

> Warto pamiętać
> Spokojna rozmowa, uważne słuchanie i zapewnienie dziecka, że może liczyć na pomoc dorosłych, pomagają budować poczucie bezpieczeństwa.

Materiały edukacyjne

Polecamy Państwa uwadze poradnik Pierwsza pomoc emocjonalna.

Poradnik zawiera praktyczne wskazówki dotyczące udzielania dzieciom i nastolatkom wsparcia w kryzysie emocjonalnym. Pomaga rozpoznawać niepokojące sygnały, uczy, jak rozmawiać z młodą osobą przeżywającą trudności, oraz pokazuje, jak budować pozytywne relacje oparte na zaufaniu i poczuciu bezpieczeństwa. Jego dużym atutem jest praktyczny charakter — zawarte w nim wskazówki można wykorzystać w codziennym kontakcie z dziećmi i młodzieżą.

Gdzie szukać pomocy w sytuacji kryzysowej?

Przypominamy ważne numery telefonów, pod którymi dzieci, młodzież i dorośli mogą uzyskać pomoc i wsparcie:

112	Numer alarmowy. Należy dzwonić w sytuacji bezpośredniego zagrożenia życia lub zdrowia, gdy konieczna jest pilna interwencja służb.
116 111	Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży.
116 123	Telefon wsparcia dla osób dorosłych w kryzysie emocjonalnym.
800 12 12 12	Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka, zapewniający bezpłatną pomoc dzieciom i młodzieży.
800 70 2222	Centrum Wsparcia dla Osób Dorosłych w Kryzysie Psychicznym.

Zachęcamy Państwa do zapoznania się z polecanymi poradnikami oraz do podejmowania z dziećmi rozmów o bezpieczeństwie, emocjach i sposobach szukania pomocy.

Pamiętajmy, że spokojna rozmowa, uważność na potrzeby dziecka i poczucie, że nie jest ono samo w trudnej sytuacji, mają ogromne znaczenie. Wspólnymi działaniami możemy wzmacniać poczucie bezpieczeństwa dzieci i młodzieży oraz pomagać im lepiej radzić sobie z trudnymi sytuacjami.

Jesteśmy, by wspierać

W razie pojawienia się u dziecka niepokoju, lęku lub innych trudności emocjonalnych związanych z ostatnimi wydarzeniami, zachęcamy Państwa również do kontaktu z psychologiem szkolnym, który służy wsparciem zarówno uczniom, jak i ich rodzicom oraz opiekunom. Wspólnie możemy poszukać sposobów na poradzenie sobie z trudnymi emocjami i zadbać o poczucie bezpieczeństwa dzieci.

> Psycholog szkolny
> Wsparcie dla uczniów, rodziców i opiekunów. Wspólnie możemy poszukać sposobów radzenia sobie z trudnymi emocjami.

Z wyrazami szacunku,

Zespół Szkolno-Przedszkolny nr 2
im. Janusza Korczaka w Rybniku



ZSP nr 2 • lepiej wiedzieć, ze sprawdzonego źródła