



4. የደህንን አትቅደምተከተል ሂደቶች ገምገማ። ይህም በበጎና በት/በት ሂደቶችንና መከላከያዎችን ያጠቃልላል። አስፈሪ ነገር ሲጋ ጥማቸውን አደጋ ሲሰማቸው ልጆች ሄደው ማናገት ያለባቸው ቢሆን እንደ አቅጣጫዎቹ ደረሰ ሰው ላይ ላቸው።
5. የልጆችን ስምግብ ሁኔታ አስተዋለ። አንዳንድ ልጆች ስጋታቸውን በቃል መግለጽ ሊሰናቸው ይችላሉ። በስነ ምግባር፣ በምግብ ፍላጎት፣ እና በአንቅልፍ ይዘታ ለውጦች ማየት የልጆችን መጠኔ ቅናሹ ማየት ያጭክታል። በአብዛኛዎቹ ልጆች፣ እነዚህ ምልክቶች በመጽናናትና ከግዜ ሂደት ጋር ይቃላሉ። በሆንም አንዳንድ ልጆች ደበልጥ ለተጠናከረ አደጋ ሊጋለጡ ይችላሉ። ከዚህ ቀደም አስገደድ የሚኖሩ ወይም የቅርብ ዘመድ መላየት ያጋጠማቸው ልጆች፣ ከጭቀትና ከሌላ የአእምሮ በሽታ የሚቃዩ፣ ወይም ልዩ ፍላጎት ያላቸው ልጆች ከሌሎች በበለጠ ለአስቃቂ አደጋ የሚጋለጡባቸው። የሚሰጡት ነገር ካለ የአእምሮ ጠፍ ባለጥም እርዳታ ፈልጉ።
6. የንደነ ዜህ አይነት ሁኔታዎች በቴሌቪዥን ማየት ቀንሱ/ከልክሉ። በቴሌቪዥን ማየት ቀንሱ/ከልክሉ ቴሌቪዥን ላይ ከፍል/አዳሪሽ መሆን አለመሆኑን አስተዋለ። ለእድገት ተግባር ያልሆነ መሆኑ፣ በተለይ በትናንሽ ልጆች ጭቀት ወይም መጽናናት ላይ ለሆኑ ልጆች ይታያል። በልጆች ፊት፣ በነገረ ማቸውም በሆነ፣ አዋቂዎች እርስበርሳችሁ ስለሚሰጡት ጥንቃቄ አደርጉ፣ ለቀረጥቆል፣ ለጥላቻ፣ እና በንደነ ለተግባር አስተያየት የሚሰጥ መሆኑን ወይም ለጥላቻ/አጥፊ።
7. የዘልምድ አሰሪርን አጥብቃችሁ ያዙ። ቅደምተከተሉን የጠበቀ አሰሪር አስተማሪዎችና የአካል ጠፍን የሚያራምድ ነው። ልጆቹ በቂ አንቅልፍ፣ መደብኛ ምግብና የአካል እንቅስቃሴ ማግኘታቸውን አረጋግጡ። በትምህርት ስራቸውና ከትምህርት ወጭ በሚገኙት ወጪቸው እንቅስቃሴዎች አበረታቷቸው ከአቅጣጫ ሆነ ባቸው ከመከላከል ግን አትገባ ፋጅቸው።

ከልጆች ጋር ስትነጋገሩ ገጠራት የሚደረግባቸውን ጥበቆች

- ት/በጎች ለደህንነት አስተማሪዎች በታዎች ናቸው። የት/በጎት ስራተኞች ከወላጆችና ከህዝብ ደህንነት አቅራቢዎች (የቀበሌው ፖሊስና አሳት አደጋ፣ አስቸር ኮይ ደረሰኞች፣ ህዝብ ጋራ) ጋር አብረው ይሰራሉ። ደህንነታችሁን ለመከበቅ።
- የት/በጎት ህንጻ አስተማሪዎች ነው ምክንያቱም ... (የት/በጎት ልዩ ስርዓቶችን/ሂደቶችን ጥቀስ)።
- በት/በጎት ደህንነት ሀላፊነት ምንምም አለን። አስተዋይ ሀፍቻ ስለመሆኑ፣ ደንጋጠሚዎች ላይ የሚሰጡት ነገር ስታዩ ወይም ስትሰማሉ አዋቂ ሰው አስታወቁ።
- በሚታወቅ፣ በመገኘትና በሃላፊ መከላከል ልዩነት አለ። ለታዎች አዋቂ ሰው የምትሆኑትና የሚሰማውን በቀጥታም ሆነ በተዘዋዋሪ በመገናኛ ጉዳትን የሚከላከል አስፈላጊ መሆኑን ጠቅሙት ትችላላችሁ።
- ከሁሉም ደበልጥ የከፋ ነገር ለኖር ይችላል ብሎ መክልፈት አያስፈልግም። ማንም እንኳን ማገገሚያ ነገር ምንግዘም አይመዘገብም ብሎ ፍጹም ምስጋና መስጠት ባይቻልም ት/በጎታችንን የሚካ አንድ ነገር ለሆነ ይችላል እና የመሆን እድል አለው በሚታወቅበት ልዩነት መኖሩን ማን ዘብቀው አስፈላጊ ነው።
- ቅጥ የለሽ ህክት ለመገምገም ለማን ዘብቀው ነው። የሚሰጡት ስራታችሁን በመከራት፣ የተለምዶ አሰሪራችሁን በመቆየት፣ እና ከጓደኞቻችሁን ከበተሰብ ጋር በመሆን መከላከል እንዲሆን በሁኔታዎቻችሁ እንዲታዩን አደራ።
- እንዳንደህዘ ሰዎች ለሌሎችን የሚዳደር ሂደት ይፈጽማሉ። ንደታቸውን ማቆየት አይቻልም ደረጃ ወይም አልኮል አስከሪቸው ይሆናል። ወይም ከአእምሮ ህመም በመከላከል ት ላይ ይሆናሉ። አዋቂዎች (ወላጆች፣ ማህሪን፣ የፖሊስ ማኅተኞች፣ ደክተኞች፣ የሃይማኖት መሆኞች) እነዚህን ሰዎች ለመደባት ለሌሎችን ከመደባት እንዲቆጠቡ አጥብቀው ይሰራሉ። ክፍሉ ስለሆነ ስንደድ እርዳታ እንደሌለ ማግኘት እንደምትችልና ከደረጃ ከአልኮል እንደሌለ እንደምትችል ለሀላፊነት ምስጋና አስፈላጊ ነው።
- ከጠምጃዎች/ሽግግሮች ለሌሎች መከላከል ማድረግ። ለሌ ግለሰብ መከላከል እንዳለው ወይም ሌላው አዋቂ ሰውን ገሩ። መከላከሎችን ማግኘት መቻል ወይ ነፍስ አጥፊ ህክት ከሚመጣቸው ጋር አደጋዎች አንዱ ነው።
- ህክት ምንገዜዎን ግል ችግር ማቆየት አይቻልም። በት/በጎት የጸረ-ህክት ፕሮግራም በመሳተፍ፣ የግጭት እርቅ አላገጅት መቆየት በመጣ፣ እና ጓደኛ ከንደነ፣ ጭቀት፣ ወይም ከሌሎች ለቆጣጠራቸው ከሚሰጡት ሁኔታዎች ስታገል ከአዋቂ እርዳታ በመጨረሻ ተመላሽ የአወንታዊ መጣት አካል መሆን ይችላሉ።

ስለ ት/በጎት ደህንነት፣ ስለህክት መከላከል፣ ስለልጆች አእምሮ መግባት፣ እና ስለጠቅላይ ግብረሰብ፣ NASP ለወላጆችና ማህሪን ተጨማሪ መሆኑን በሚጠቅም ደረጃ አስፈሪ [www.nasponline.org](http://www.nasponline.org)።  
 ©2006, National Association of School Psychologists, 4340 East West Highway #402, Bethesda, MD 20814