

GAIRĖS PEDAGOGAMS:

kaip padėti vaikams saugiai naudotis internetu ir užkirsti kelią pavojingam elgesiui

1. Kurkite atvirą ir saugią klasės atmosferą

- Skatinkite mokinius kalbėti apie savo patirtis internete be baimės būti nubaustiems ar sugėdintiems.
- Organizuokite diskusijas apie socialinių tinklų pavojus, skatindami kritiškai vertinti internetinį turinį.

2. Stebėkite elgesio pokyčius

- Atkreipkite dėmesį į mokinių emocinius pokyčius: staigų uždarumą, nerimą, dažnesnį ekranų naudojimą per pertraukas, miego sutrikimų požymius.
- Pastebėję nerimą keliančius ženklus, pasikalbėkite su vaiku individualiai ir praneškite mokyklos psichologui ar administracijai.

3. Bendradarbiaukite su tėvais

- Informuokite tėvus apie stebimus pokyčius ar rizikas, skatinkite juos stebėti vaikų veiklą namuose.
- Dalinkitės patikima informacija apie interneto saugumo svarbą ir pagalbos galimybes.

4. Inicijuokite prevencines veiklas

- Organizuokite paskaitas ar kūrybines dirbtuves apie saugų naudojimąsi internetu, emocinę sveikatą, bendravimo kultūrą skaitmeninėje erdvėje.
- Įtraukite vaikus kuriant klasių ar mokyklos saugaus elgesio internete taisykles.

5. Žinokite, kaip reaguoti į krizę

- Turėkite aiškų veiksmų planą: ką daryti, jei sužinote apie vaiko įsitraukimą į pavojingą iššūkį, savižalos ar grasinimų atvejus.
- Nedelsiant informuokite mokyklos vadovybę, socialinius pedagogus, psichologus ir, esant reikalui, atitinkamas institucijas.
- **Svarbu:** iš anksto parengtas krizės valdymo planas leidžia reaguoti ramiai, greitai ir užtikrintai. **Pasiruošimas prieš krizei prasidedant** – tai vienas iš efektyviausių būdų sumažinti jos žalą ir užtikrinti vaikų gerovę.

Pagalbos kontaktai:

Tu esi Esantiems savižudybės krizėje ir ieškantiems pagalbos
www.tuesi.lt

Pagalba sau Emocinės sveikatos link
pagalbasau.lt