

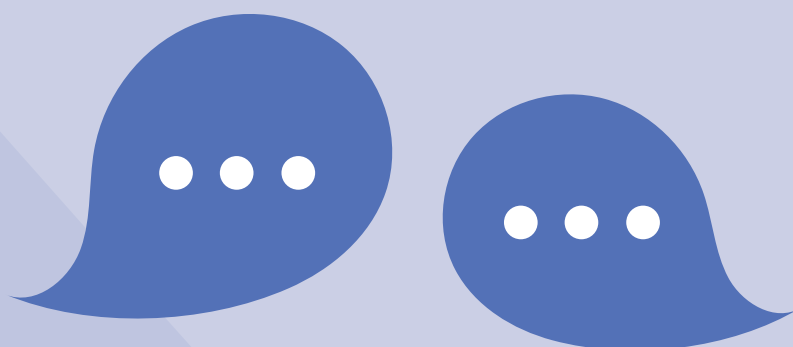
REKOMENDACIJOS TĖVAMS (GLOBĖJAMS, RŪPINTOJAMS), kaip su ikimokyklinio amžiaus vaiku kalbėtis apie saugumą ir kokias temas aptarti



Kalbėtis su ikimokyklinio amžiaus vaiku apie saugumą gali atrodyti netikslinga ar sudėtinga, tačiau tai labai svarbu jo emocinei ir fizinei gerovei. Nesvarbu, ar vaikui tenka nors akimirką pabūti be suaugusiųjų priežiūros, ar ne, – pokalbiai svarbiausiais su saugumu susijusiais aspektais gali išmokyti tinkamai elgtis netikėtai ištikus pavojingai situacijai ir padėti išvengti neigiamų pasekmių.

BENDRI PATARIMAI, KAD POKALBIS BŪTŲ SĖKMINGESNIS

- **Kurkite pasitikėjimo atmosferą:** tegu vaikas žino, kad jis visada gali su jumis pasikalbėti ir pasidalinti savo jausmais ar baimėmis, būtinai tai įvardykite.
- **Kalbėkitės reguliariai:** su saugumu susijusias temas aptarkite ne vieną kartą, tai darykite nuosekliai. Įvairiose gyvenimo situacijose priminkite vaikui apie saugumą, pateikite pavyzdžius.
- **Pasirinkite tinkamą žodyną:** įvertinkite vaiko raidą, vartokite paprastus, jam suprantamus žodžius, nuosekliai trumpais sakiniais dėliokite mintis.
- **Venkite gąsdinti:** kalbėkite apie pavojus ramiai, patvirtinkite, kad vaikas yra saugus, tačiau turi būti pasiruošęs situacijoms, kurios gali kilti bet kam. Stenkitės neperdėti, kad vaikui nekiltų nepagrįstas nerimas ar baimė.
- **Naudokite pasakas ar istorijas:** skaitant pasakas arba kuriant istorijas, galima lengviau paaiškinti sudėtingas temas. Pavyzdžiui, pasakų herojai gali padėti vaikui suprasti, kodėl svarbu laikytis saugumo taisyklių.
- **Būkite kantrūs:** ikimokyklinio amžiaus vaikas gali užduoti daug klausimų ir neretai iš pirmo karto atsakymų nesuprasti. Į klausimus atsakykite ramiai ir paprastai, jei reikia, pakartokite tai, ką jau sakėte.
- **Ugdykite per pavyzdį:** vaikai dažnai kopijuoja suaugusiuosius, todėl rodykite tinkamą elgesį. Pavyzdžiui, jei dedate vaistus į saugią vietą arba atsargiai naudojate elektros prietaisais, paaiškinkite, ką ir kodėl darote.



TEMOS, KURIOMIS TĖVAI (GLOBĖJAI, RŪPINTOJAI) TURĖTŲ PASIKALBĖTI SU SAVO VAIKU

1. BENDRAVIMAS SU NEPAŽĖSTAMAISIAIS



- **Paaiškinkite, kas yra nepažįstamasis:** vaikui svarbu suprasti, kad nepažįstamasis – tai žmogus, kuriuo jis negali pasitikėti, net jei jis atrodo malonus.
- **Susikurkite šeimos slaptažodį** – žodį, kurį žino tik šeimos nariai, ir susitarkite, kad tik tas, kas žino slaptažodį, gali jį pasitikti ar pakviesti eiti kur nors drauge.
- **Padrąsinkite dalytis jausmais:** skatinkite vaiką, jei jis jautėsi nesaugiai, apie tai papasakoti. Vaikui reikia suprasti, kad jis gali kreiptis į tėvus (globėjus, rūpintojus), jei kas nors jį trikdo ar kelia nerimą, žinoti, kad jo savijauta svarbi ir jis bus išklausytas.

2. SUSIDŪRIMAS SU APSVAIGUSIAIS ŽMONĖMIS



- **Pabrėžkite saugumą:** paaiškinkite, kad žmogus, kuris elgiasi neįprastai (sėdi linguodamas, svirduliuoja, atlieka kitus keistus judesius), galbūt yra apsvaigęs, todėl stovėti arti ar kalbėti su juo gali būti pavojinga.
- **Mokykite kreiptis pagalbos:** pasakykite vaikui, kad susidūrus su apsvaigusiu žmogumi reikia nedelsiant eiti pas suaugusįjį, kuriuo jis pasitiki: savo ar kitų vaikų tėvus (globėjus, rūpintojus), auklėtoją, kitus darželio darbuotojus, policininką, jei yra netoliese.

3. PATYČIOS

#?!- *!!?

- **Padėkite suprasti, kas yra patyčios:** papasakokite, kad tai netinkamas elgesys, toks kaip pravardžiavimasis, erzinimas, stumdymas, ko nors atėmimas, gąsdinimas ar mušimas. Pasakykite vaikui, kad taip nedera elgtis pačiam ir pranešti, jei pats tai patirs.
- **Paaiškinkite, kad prašyti pagalbos nėra blogai:** vaikai dėl skirtingų priežasčių neretai baiminasi įvardyti neigiamas patirtis, padrąsinkite, kad suaugusieji gali padėti išspręsti tokias situacijas. Vaikas turi žinoti, kad jei kas nors jį žemina, skaudina, užgaulioja, jis visada gali kreiptis į auklėtoją ar tėvus (globėjus, rūpintojus).

4. SAUGUMAS KELYJE



- **Mokykite kelių eismo taisyklių:** paaiškinkite vaikui, kaip teisingai eiti per perėją, kokia šviesoforo spalva turi degti, kad būtų galima eiti, ir kad prieš einant reikia pažiūrėti į kairę ir dešinę.
- **Kalbėkitės apie saugos liemenės ir atšvaitų svarbą:** paaiškinkite, kodėl ir kaip reikia dėvėti atšvaitus tamsoje, kartu įvertinkite atšvaitus, esančius ant rūbų ar avalynės, jei reikia, prisekite papildomus atšvaitus.

5. KŪNO SAUGUMAS IR PRIVATUMAS



- **Papasakokite apie kūno ribas:** vaikas turi žinoti, kad jo kūnas priklauso jam ir niekas neturi teisės jo liesti, jei jis nenori. Paaiškinkite, kad kai kurios kūno vietos yra privačios ir niekas neturi teisės jų liesti ar žiūrėti, išskyrus tėvus (globėjus, rūpintojus) arba gydytoją, jei reikia pagalbos.
- **Mokykite pasakyti „ne“:** vaikas turi žinoti, kad jei kas nors liečia jį taip, kad jam nemalonu, nepatinka, jis turi tai įvardyti garsiai ir nedelsdamas pasakyti suaugusiajam, kuriuo pasitiki: tėvams (globėjams, rūpintojams), auklėtojai ar kitam artimam žmogui.

6. VAISTŲ, ALKOHOLIO AR KITŲ MEDŽIAGŲ VARTOJIMAS



- **Supažindinkite su pavojais:** vaikui būtina pasakyti, kad ne viską saugu ragauti, tai gali būti pavojinga sveikatai ar net gyvybei. Pavyzdžiui, jei skauda pilvą, gydytojas gali duoti vaistų, kurie padės, kad jo nebeskaudėtų, tačiau ne visos tabletės ir jose esančios medžiagos yra geros, gali būti ir labai pavojingų.
- **Pabrėžkite atsargumą:** žinant, kad itin pavojingos psichoaktyviosios medžiagos gali būti saldinių, traškučių, guminukų ar kitų įprastų maisto produktų pavidalo, vaikui svarbu žinoti, kad nesaugu nieko imti iš nepažįstamų žmonių. Pasakykite, kad taip pat nesaugu liesti, ragauti rastą tabletę, buteliuką ar kitus produktus ir apie tai reikia nedelsiant pasakyti suaugusiajam.

7. GAISRAS



- **Rūpinkitės prevencija:** vaikas turi žinoti, kad žaidimas su degtukais ar žiebtuvėliais yra pavojingas, jie skirti naudoti tik suaugusiems. Su vaiku galima aptarti, kas dar gali sukelti gaisrą, kaip greitai plinta ugnis, kokius padarinius tai gali sukelti.
- **Išmokykite, ką daryti kilus gaisrui:** pasakykite vaikui, kad pamatęs dūmus ar ugnį jis turi iškart pasakyti suaugusiajam, trauktis iš tos vietos, nes tai nesaugu. Galima sukurti paprastą žaidimą, kurio metu rodysite vaikui, kaip greitai ir teisingai išeiti iš namų, jei atsiranda dūmai ar įsijungia gaisro signalizacija.

8. ELGESYS SU MAŽAIS DAIKTAIS (UŽSPRINGIMO PAVOJUS)



- **Parodykite, kurie daiktai yra pavojingi:** papasakokite vaikui apie mažus daiktus, kuriuos jie gali praryti, paaiškinkite, kas gali nutikti ir kodėl pavojinga juos dėti į burną.
- **Žaiskite žaidimą „Galima–negalima“:** suteikite vaikui galimybę praktiškai parodyti, kurie daiktai gali būti dedami į burną (pvz.: obuolys, sausainis, uoga ir t. t.) ir kurie ne (pvz.: lego figūrėlė, sąvaržėlė, kaštonas ir t. t.).

9. VIRTUVĖS ĮRANGA IR CHEMINĖS MEDŽIAGOS



- **Pasakykite, ką virtuvėje galima imti ar liesti, o ko ne:** peiliai, mikrobangų krosnelė, virduklės ar viryklės turėtų būti pristatyti kaip tik suaugusiųjų naudojami daiktai. Visgi svarbu ne tik drausti, bet ir paaiškinti vaikui, kodėl tokia taisyklė yra svarbi. Pavyzdžiui, „Peiliai yra labai aštrūs, jie gali sužeisti, todėl yra skirti tik mamai ir tėčiui. Jei reikia, mes tau padėsime supjaustyti obuolį.“
- **Aptarkite cheminių medžiagų pavojingumą:** parodykite vaikui, kad cheminių medžiagų tara yra pažymėta ženklais, papasakokite, ką jie reiškia, įvardykite, kokie pavojai gali kilti ir kodėl prašote jų neliesti. Kad būtų paveikiau, pasitelkite tikras ar išgalvotas istorijas.

Neretai baiminamasi saugumo temas liesti, nes nenorima išgąsdinti vaiko ar paskatinti jį netinkamai elgtis, tačiau ši prielaida nėra teisinga. Kalbėtis su vaikais šiomis temomis – vadinasi, padėti jiems ugdytis atsakomybės jausmą, suvokti galimas grėsmes ir pasiruošti tinkamai reaguoti.