

Poštovani roditelji,

Potaknuti nizom iznimno emocionalno zahtjevnih razdoblja i situacija u posljednjih nekoliko godina, osjećamo profesionalnu potrebu i odgovornost obratiti Vam se kako bismo zajedničkim snagama sudjelovali u izgradnji sigurnijeg i kvalitetnijeg okruženja za naše učenike, Vašu djecu.

Podjećamo Vas na nekoliko važnih savjeta koji Vam mogu pomoći u ostvarivanju i održavanju dobrog odnosa s djecom i mladima:

- trudite se zadržati smirenost ne srameći se reći i pokazati svojoj djeci da i Vi osjećate neugodne emocije; to je prirodno i ljudski*
- imajte na umu da ste im najvažniji model koji imaju i zato preuzmite kontrolu nad vlastitim reakcijama na način da što kvalitetnije brinete o sebi (trudite se u danu imati nešto vremena za svoj odmor i opuštanje, ono što vas veseli i puni vam baterije)*
- važno je pokazati djeci i mladima da ste tu za njih, da ih želite saslušati, a svojim primjerom dati im do znanja da su problemi neizbježan dio života i da uvijek treba tražiti konstruktivne načine njihovog rješavanja (načine kojima ne povrjeđujemo sebe niti druge)*
- ograničite izloženost medijskim sadržajima, vijestima i učite djecu kritičnosti prema tim sadržajima*
- trudite se provoditi kvalitetno vrijeme s djecom (nije važna količina već kvaliteta provedenog zajedničkog vremena- u razgovoru o tome kako su proveli dan, kako se osjećaju, kroz igranje društvenih igara, u šetnji na svježem zraku i sl.)*
- u komunikaciji s razrednicima budite iskreni i imajte povjerenje u njih jer samo zajedničkom suradnjom možemo dati pravu podršku onima koji su nam najvažniji.*

Ukoliko i sami osjetite da ste zastali na tom putu i imate potrebu s nama podijeliti neka Vaša zapažnja, zabrinutosti i pitanja, stojimo Vam na raspolaganju.

U nastavku slijede još neka kvalitetna stručna mjesta i kontakti u zajednici gdje možete potražiti pomoć i podršku:

Centar za djecu, mlade i obitelji Veika Gorica ima otvorene telefonske linije za zabrinute građane radnim danom od 8 do 19 sati, petkom od 8 do 15 sati. Brojevi telefona Centra su 091 6231 734 ili 01 6231 734.

Možete nazovati besplatnu i anonimnu liniju Hrabrog telefona za mame i tate na broju 0800 0800 radnim danom od 9 do 20 sati ili pisati na savjet@hrabrotelefon.hr Djeca mogu nazvati liniju na broju 116 111 ili pisati na chat radnim danom od 15 do 19.

Web stranica Poliklinike za zaštitu djece i mladih Grada Zagreba - <https://www.poliklinika-djeca.hr/category/za-roditelje/>

*Web stranica Nastavno-kliničkog centra Edukacijsko-rehabilitacijskog fakulteta-
<https://centar.erf.unizg.hr/korisne-informacije/>*

Pripremila: školska psihologinja