

## Safeguarding Kids Together (SKT) Fact sheet for parents and carers

# با هم از کودکان محافظت کنیم

## برگه اطلاعاتی برای والدین و مراقبین

با آرامش گوش کنید و همه داستان را بگیرید. فرزندان را تشویق کنید که حرف بزنند و به او بگویید خواستار کمک و راهنمایی شدن عیبی ندارد.

اگر لازم است سوالاتی را پرسید تا جزئیات بیشتری را به دست بیاورید: چه کسی، چه چیزی، کجا، کی. از فرزندان پرسید چه کار می‌خواهد بکند - و می‌خواهد شما چه کاری بکنید. فرزندان ممکن است تمایلی نداشته باشد که شما با کارمندان مدرسه صحبت کنید.

در این باره با او صحبت کنید و به او اطمینان دهید که کمک و راهنمایی خواستن از مدرسه می‌تواند مفید باشد.

اطلاعات مربوط را با مدرسه به اشتراک بگذارید. برای ملاقات با معلم فرزندان وقت بگیرید، و اگر لازم است، خواهش کنید که با مدیر حرف بزنید.

رکورد ملاقات در مدرسه و راههایی که برای حل مسئله در آن با یکدیگر همکاری خواهید کرد را نگه دارید.

همکاری با مدرسه بهترین راه کمک به حل مسایل است. اگر نگرانی جدی در مورد ایمنی فرزندان دارید با پلیس تماس بگیرید.



### در باره با هم از کودکان محافظت کنیم (SKT)

مدارس منابع متنوعی دارند تا به هر دانش‌آموز کمک کنند به توانایی بالقوه خود دست یابند. SKT، که در دسترس همه مدارس دولتی NSW است، راهنمایی، پشتیبانی و برنامه‌های تخصصی را در محل برای کمک به مدارس برای برخورد با رفتارهای پرخطر دانش‌آموزان ارائه می‌دهد. SKT کمک می‌کند به:

- ساختن محیط‌های مدرسه فراگیر و ترمیم‌پذیر.
- شناسایی دانش‌آموزانی که ممکن است آسیب‌پذیر باشند و ارائه پشتیبانی مناسب.
- مدیریت و واکنش به رویدادهای اضطراری.

### همکاری با یکدیگر برای پشتیبانی از افراد جوان

عوامل زیادی می‌توانند منجر به آسیب‌پذیری دانش‌آموز در مورد انجام رفتارهای پرخطر شوند، مانند قلدری، از جمله قلدری آنلاین؛ خشونت فیزیکی یا تهدید به خشونت فیزیکی؛ خود آزاری؛ استفاده از مواد و درگیر شدن با سازمان‌های جنایتکار یا سایر سازمان‌های مضر.

- در کنار مدارس، شما در موقعیت منحصر به فردی هستید که می‌توانید تغییرات قابل توجه در رفتار فرزند خود را مشاهده کرده و به او کمک کنید تا پشتیبانی طلب کند. اگر تغییراتی در رفتار فرزند خود مشاهده کنید، یا فرزندان اطلاعاتی را با شما به اشتراک بگذارند که منجر به نگرانی در مورد او شود، ایده‌های زیر می‌توانند به شما کمک کنند.



## برخی از وب سایت های مفید را بررسی کنید

- Beyond Blue در وبسایت [beyondblue.org.au](http://beyondblue.org.au) اطلاعات و پشتیبانی ارائه می‌دهد تا به همه کمک کند به بهترین سلامت روانی ممکن دست یابند.
- وبسایت ضد قلدری NSW در آدرس [antibullying.nsw.gov.au](http://antibullying.nsw.gov.au) به کارکنان، دانش‌آموزان و والدین اطلاعات عرضه می‌کند تا از قلدری دانش‌آموزان پیشگیری کرده و به آن پاسخ دهد.
- منابع آنلاین ایمنی و رهنمود در ارتباط با سوء استفاده از فضای مجازی را می‌توانید در وبسایت کمیسر "eSafety" به آدرس [esafety.gov.au](http://esafety.gov.au) بیابید.



## برای آگاهی بیشتر

اگر می‌خواهید اطلاعات بیشتری کسب کنید، لطفاً با مدرسه محلی خود تماس بگیرید. اگر برای کمک به سوالاتتان به مترجم نیاز دارید، لطفاً به سرویس مترجم تلفنی، شماره 131 450 تماس بگیرید و یک مترجم زبان خودتان را درخواست کنید.

شماره تلفنی را که می‌خواهید با آن تماس بگیرید به اپراتور بگویید و او مترجمی را روی خط خواهد آورد تا در گفتگو به شما کمک کند. برای این خدمات هزینه‌ای از شما دریافت نخواهد شد.

برخی از قوی ترین عوامل محافظتی در بین جوانان اتصال و تعلق به خانواده، همسالان و مدرسه است.

## بعضی از راههایی که شما می‌توانید به فرزندتان کمک کنید کدامند؟

درگیر شوید و فرصت‌هایی را در اختیار فرزندتان قرار دهید تا اطلاعات مربوط به فعالیت‌های روزمره، همسالانش و زندگی مدرسه را با شما در میان بگذارد. این به شما کمک می‌کند تا آگاه باشید فرزندتان کجا است، با کیست و چه کار می‌کند.



فرزندتان را تشویق کنید در فعالیت‌هایی که یک حس تعلق به او می‌دهد و جایی برای تمرکز علائقش به وجود می‌آورد شرکت کند. مثلاً ورزشها، هنرهای نمایشی، سرگرمی‌ها و باشگاههای سازمان یافته.



از فضای مجازی آگاه باشید و مزایا و خطرات استفاده فرزندتان از وسایل الکترونیکی مانند کامپیوتر، تبلت و تلفن‌های هوشمند را درک کنید و به فرزندتان کمک کنید تا عاقلانه از دستگاه‌های خود استفاده کند.



برای اطلاعات بیشتر در باره کمک به فرزندتان تا تجربه‌های امن و لذتبخشی را آنلاین داشته باشد، از وبسایت eSafety در [esafety.gov.au](http://esafety.gov.au) دیدن کنید.

با ایجاد روابط مثبت و نشان دادن چگونگی تفکر انتقادی درباره اطلاعات، الگوی فرزندتان باشید.



به تغییرات در رفتار فرزندتان توجه کنید و کمکش کنید تا در به اشتراک گذاشتن افکار و احساساتش با شما احساس امنیت کند.



گفتگوی آزاد و صادقانه با فرزندتان را تشویق کنید تا او بتواند در باره دیدگاه دیگران یاد بگیرد و آن را درک کند.



به نگرانی‌های فرزندتان گوش کنید و سعی کنید دیدگاه او را درک کنید. حتی اگر با گفته‌های فرزندتان مخالف باشید، مهم است به او بگویید که پذیرفته است و شما در آنجا هستید تا به او کمک کنید.