

R12

BEALAÍ LE CABHRÚ LE DO LEANBH AG AN AM DEACAIR SEO

Ní gá a mhúineadh do leanaí cén chaoi an brón a chur dóibh. Déanfaidh siad go nádúrtha é ar bhealaí sláintiúla má ligimid dóibh déanamh amhlaidh, má chothaímid atmaisféar sábháilte agus má thugaimid ceadagus sampla dóibh.

- Éist go cúramach leo. Lig dóibh a scéal féin a insint. Cuir in iúl dóibh gur gnáthfhreagairtí iad na freagairtí atá acu.
- Tabhair aird ar leith orthu, caith a thuilleadh ama leo, cabhraigh leo agus cuir ar a gcompord iad. Cuir ar a suaimhneas iad go bhfuil siad slán sábháilte.
- Ná habair leo go bhfuil “an t-ádh orthu nach raibh sé níos measa.” Ní chuireann ráitis den sórt sin daoine ar a suaimhneas. Ina áit sin, abair leo go bhfuil aiféala ort gur tharla a leithéid de rud agus go bhfuil tú ag iarraidh brí a bhaint as agus cabhair a thabhairt dóibh.
- Ná cuireadh athruithe in iompar ná i bpearsantacht an duine iontas ort. Beidh siad ar a seanléim arís in am is i dtráth.
- Ná síl go bhfuil a gcuid feirge nó mothúcháin eile dírithe ortsa. Cabhraigh leo tuiscint a fháil ar an mbaint atá idir fearg agus tráma. Cabhraigh leo bealaí sábháilte a fháil chun a gcuid mothúchán a chur in iúl, mar shampla, pictiúir a tharraingt, aclaíocht a dhéanamh, nó labhairt.
- Cabhraigh leo a thuiscint gurb ionann fonn dúshláin, fonn ionsaí agus iompar baolach agus bealach chun an phian, an briseadh croí agus/nó an faitíos a sheachaint.
- Nuair a rachaidh tú amach, inis dóibh cá bhfuil tú ag dul agus cén uair a bheidh tú ar ais. Má bhíonn tú amuigh ar feadh tamall fada, cuir glao orthu agus cuir ar a suaimhneas iad.
- Cuir suas le hiompar aischéimnitheach ar nós ingne a ithe, a bheith ag diúl ar ordóg nó solas oíche a bheith ag teastáil uathu.
- Inis dóibh faoin taithí atá agat féin ar bheith scanraithe faoi rud éigin agus an chaoi ar éirigh leat é a chur díot.
- Má airíonn siad ciontach nó má bhíonn náire orthu, cuir ina luí orthu nár shocraigh siad go dtarlódh sé seo agus nach bhfuil milleán le cur orthu. Fiú sa chás go raibh siad feargach leis an duine a bhásaigh, nó má bhí siad gránna leo, níorbh é sin ba chúis leis an méid a tharla.
- Oibrigh i gcomhar le seirbhísí tacaíochta na scoile agus le seirbhísí eile atá ar fáil.
- Chomh maith le comhairle a chur ar na leanaí faoi úsáid chuí na meán sóisialta, déan monatóireacht orthu, go háirithe ag an am leochaileach seo. Láithreán gréasáin úsáideach: www.webwise.ie