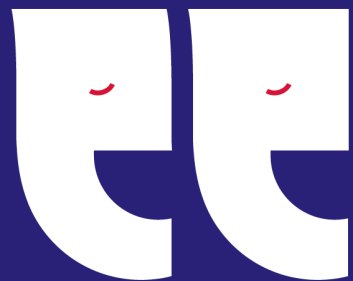




KĀ RĪKOTIES MOBINGA GADĪJUMĀ?



#NE
KLU
SĒ

SKOLOTĀJIEM

Lai varat rīkoties ātri, droši un efektīvi, ja radušās aizdomas par mobingu, piedāvājam vadīties pēc shēmas **ASAP!**





ATPAZĪSTI!

JA NOVĒROJAT, KA SKOLĒNS:

- TIEK REGULĀRI IZSTUMTS NO GRUPU DARBIEM VAI NEPIEDALĀS KOPĪGĀS AKTIVITĀTĒS AR CITIEM,
- JA STUNDU LAIKĀ REDZAMS IZTEIKTS NOGURUMS VAI NESPĒJA KONCENTRĒTIES, KAS IEPRIEKŠ NAV BIJUSI RAKSTURĪGA,
- JA PAMANĀT BĒRNAM IZTEIKTU NOMĀKTĪBU, SATRAUKUMU VAI PĒKŠŅU IZVAIRĪŠANOS NO SKOLAS APMEKLĒŠANAS

TAD IR VĒRTS PĀRLIECINĀTIES, VAI ŠĪS PARĀDĪBAS NAV SAISTĪTAS AR VARDARBĪGĀM ATTIECĪBĀM KLASĒ VAI ŅIRGĀŠANOS.

S



SAKI!

IR ĻOTI SVARĪGI PĒC IESPĒJAS ĀTRĀK SĀKT RUNĀT PAR MOBINGU.

JA ATPAZĪSTAT KĀDAS NO MOBINGA PAZĪMĒM, RUNĀJIET UN VAICĀJIET BĒRNIEM PAR TO. JAUNĀKI BĒRNI BIEŽI BŪS GATAVI PAR TO RUNĀT, JA REDZĒS, KA PAR VIŅIEM RAIZĒJAS.

LIELĀKI PUSAUDŽI VAR KAUNĒTIES VAI BAIDĪTIES ATKLĀT PĀRDZĪVOTO, TAČU PIEREDZE RĀDA, KA CITI KLASESBIEDRI BIEŽI PASTĀSTĪS PAR TO PIEAUGUŠAJIEM, JA VIEN VIŅIEM PAR TO ATKLĀTI PAVAICĀS.



A



AKTIVIZĒ!

AKTIVIZĒJIET SPECIĀLISTUS, KAS VAR JUMS PALĪDZĒT – SKOLAS PSIHOLOGU, SOCIĀLO PEDAGOGU, CITUS SPECIĀLISTUS VAI KOLĒĢUS, KURIEM UZTICĀTIES.

REIZĒM IR NEĒRTI ATZĪT, KA JŪSU KLASĒ RADUSIES ŠĀDA PROBLĒMA – TAČU PALĪDZĪBAS AKTIVIZĀCIJA TIKAI PIERĀDĪS, KA JŪS ESAT PROFESIONĀLIS, KURŠ SPĒJ MOBINGU PAMANĪT UN IEROBEŽOT.

JŪS VARAT VĒRSTIES PĒC ATBALSTA:

- ZVANIET PSIHOLOGAM 116111
- SAŅEMIET PSIHOLOGA KONSULTĀCIJAS PUSAUDŽU RESURSU CENTRĀ
- ZVANIET POLICIJAI 110



PALĪDZI!

KAD IR VEIKTS VISS NEPIECIEŠAMAIS MOBINGA IEROBEŽOŠANAI, PALĪDZIET TIEM, KAS VISVAIRĀK NO TĀ CIETUŠI.

REIZĒM VIENKĀRŠA SARUNA AR BĒRNU UN PASTIPRINĀTA UZMANĪBAS PIEVĒRŠANA VAR SNIĒGT VIŅAM ATBALSTU UN IEVĒROJAMI MAZINĀT RISKUS.

PATURIET PRĀTĀ, KA PSIHISKĀS VESELĪBAS UN ATSTUMTĪBAS RISKI IR GAN UPURIM, GAN PĀRIDARĪTĀJAM, TĀDĒĻ PAPILDUS RŪPES BŪS VAJADZĪGAS ABIEM.



Vairāk par mobingu, kā rīkoties un kur meklēt palīdzību: **nekluse.lv**

Tūlītēju palīdzību vari saņemt, zvanot
Uzticības tālrunim 116111 vai sazinoties ar
PRC psihologiem pusaudzim.lv

**#Neklusē un rīkojies ASAP:
Atpazīsti, Saki, Aktivizē, Palīdzi!**

