

वभिन्न प्रकारको वदियालयका आपतकालीन अवस्थाहरूमा कस्ता प्रतिक्रियाहरू छन्?



सुरक्षति परमिति (पहलि लकआउट)

वदियालयमा तत्कालीन खतरा नभएको सुरक्षा सरोकार हुँदा **सुरक्षति परमिति** लागू हुन्छ। उदाहरणका लागि, प्रहरीले वदियालयको वरपिछिमिकमा सवारी साधन अनुसरण गर्न सक्छ र सुरक्षति परमितिलि कसैलाई पना भवनमा प्रवेश गर्न वा त्यहाँबाट बाहरि नसिकनबाट रोक्दछ।



वदियालयको लकडाउन

वदियालयमा सुरक्षा सरोकार हुँदा **लकडाउन** लागू हुन्छ। उदाहरणका लागि, प्रहरीले वदियालयको सम्पत्तमा संदग्धि अनुसरण गर्न सक्छ। लकडाउन भएको अवस्थामा, “लक, प्रकाशहरू, नजरभन्दा बाहरि” याद राख्नुहोस्।



बसोबासको व्यवस्था

वदियार्थीहरू र कर्मचारीले कक्षाकोठा वा हलवे जस्ता वदियालयमा सुरक्षति स्थानमा आश्रय लौंदा **बसोबासको व्यवस्था** हुन्छ। आँधीबेहरी वा गम्भीर मौसम चेतावनी जस्ता खतरा हुँदा यो हुन्छ।



वदियालयको होल्ड

वदियार्थीहरू सुरक्षाका लागि आफ्ना कक्षाकोठाहरूमा रहनुपर्दा **होल्ड** हुन्छ। उदाहरणका लागि, हलवेहरूमा लडाईं भएको खण्डमा लडाईं समाधान नहुँदासम्म वदियार्थीहरूलाई हलहरूबाट बाहरि राख्न आवश्यक हुन सक्छ।



नकिस

वदियार्थीहरूलाई वदियालयभतिरि अग्निजस्ता जोखमिपूर्ण अवस्थाको कारणले गर्दा हुने हानी वा चोटपटकलाई रोक्नका लागि वदियालय भवनको बाहरि पठाउँदा **नकिस** हुन्छ।

आपतकालीन अवस्था वा संकटमा गर्न हुने र नहुने कुराहरू:

आफ्नो इमेल र पाठ सन्देशहरू जाँच **गरनुहोस्**। DPS ले आपतकालीन अवस्थामा SchoolMessenger उपयोग गर्छ।

संकट वा आपतकालीन अवस्था वदियालयको सुरुवात वा अन्त्यसँग एकसाथ हुन्छ भने, आगमन वा खुलासा समयको सञ्चारका लागि प्रतीक्षा **गरनुहोस्**।

आफ्नो बच्चाको वदियालयमा आउन सूचिति नगर्दासम्म **नआउनुहोस्**। यसले ट्राफिकि साङ्घुरो गराउन सक्छ र आपतकालीन कर्मचारीको बाटोमा आउन सक्नुहुन्छ।

आफ्नो बच्चा वा आफ्नो बच्चाको वदियालयलाई कल **नगरनुहोस्**। अत्याधिकि फोन कलहरूले फोन प्रणालीलाई जाम गर्न सक्छ र आपतकालीन सञ्चारहरूमा अवरोध पुर्याउन सक्छ।



तयार रहनुहोस्

- तपाईं आपतकालीन सूचनाहरू प्राप्त गर्न सेट हुनुभएको छ र तपाईंको बच्चाको आपतकालीन सम्पर्क जानकारी नवीनतम छ भनी सुनिश्चित गर्नका लागि आमाबुवाको पोर्टल (myportal.dpsk12.org) मा जानुहोस्।
- आमाबुवाको पोर्टलभित्र पन, कृपया बच्चालाई पकि-अप आवश्यक हुने आपतकालीन घटनामा बच्चाको प्राथमिक आमाबुवासँग मात्र छोड्न सकिने भएकोले बच्चाको रेकर्डमा उहाँहरूलाई प्रमाणित गर्नुहोस्।
- तपाईंको बच्चाको विद्यालयसँग अद्यावधिक गरिएको आपतकालीन सम्पर्क जानकारी छ भनी सुनिश्चित गर्नुहोस्।
- आफ्नो बालबालिकासँग विद्यालय आपतकालीन कार्यविधिहरू बारे कुरा गर्नुहोस् जसकारण उहाँहरूलाई के कुराको अपेक्षा गर्ने बारे थाहा हुन्छ।
- तपाईंको बच्चाको विद्यालयले आपतकालीन अवस्थाको अवधिमा कसरी सञ्चार गर्छ र कस्ता विद्यालय-वशिष्ट आपतकालीन कार्यविधिहरू लागू गरिएका छन् भनी जान्नका लागि आफ्नो विद्यालयको नेतृत्वकर्तालाई सम्पर्क गर्नुहोस्।



हसिकाको बारेमा बालबालिकासँग कुरा गर्ने: आमाबुवा र शिक्षकहरूका लागि सुझावहरू

वशिषगरी, विद्यालयहरूमा हसिका उच्च प्रोफाइलका कार्यहरूले खतरामा भएको महसुस गर्न सक्ने बालबालिकालाई भ्रमति र भय वा उनीहरूका साथी वा मनपर्ने व्यक्तिहरू जोखिममा छन् भनी चिन्तित गराउन सक्छ। उहाँहरूले कसरी प्रतिक्रिया जनाउने भन्ने बारे जानकारी र मार्गदर्शनका लागि वियस्कहरूलाई हेर्नुहुने छ। आमाबुवाहरू र विद्यालय कर्मचारीले साधारण अवस्था र सुरक्षाको भावना स्थापना गरेर उहाँहरूसँग खतराहरूबारे कुराकानी गरेर बालबालिकालाई सुरक्षित महसुस गर्नमा मद्दत गर्न सक्नुहुन्छ।

1. उहाँहरू सुरक्षित हुनुहुन्छ भनी बालबालिकालाई आश्वासन दनुहोस्। विद्यालयहरू एकदमै सुरक्षित छन् भनी बल गर्नुहोस्। उहाँहरूका भावनाहरूलाई प्रमाणित गर्नुहोस्। दुःखद क्षण हुँदा सबै भावनाहरू ठीक छन् भनी व्याख्या गर्नुहोस्। बालबालिकालाई आफ्ना भावनाहरूबारे कुराकानी गर्न दनुहोस्, उहाँहरूलाई दृष्टिकोणमा राख्न मद्दत गर्नुहोस् र उहाँहरूलाई यी भावनाहरू उपयुक्त रूपमा व्यक्त गर्न सहायता गर्नुहोस्।
2. कुराकानी गर्नका लागि समय नकाल्नुहोस्। कततिको जानकारी उपलब्ध गराउने भनी उहाँहरूका प्रश्नहरूलाई तपाईंको मार्गदर्शन बन्न दनुहोस्। धैर्य राख्नुहोस्; बालबालिका र युवाले आफ्ना भावनाहरूबारे तत्पर रूपमा कहलियै पनिकुरा गर्दैनन्। तपाईंले डिसिहरू वा यार्डको कार्य गर्दा वरिपरि होभर गर्ने जस्ता उहाँहरूले कुराकानी गर्न चाहने सङ्केतहरू हेर्नुहोस्। केही बालबालिकाले आउटलेटको रूपमा लेख्ने, संगीत प्ले गर्ने वा कला परियोजना गर्न रूचाउँछन्। युवा बालबालिकालाई आफ्ना भावनाहरू पहिचान र अभिव्यक्ति गर्नमा मद्दत गर्नका लागि ठोस क्रियाकलापहरू (जस्तै चित्र कोर्ने, तस्वीरका पुस्तकहरूमा हेर्ने वा काल्पनिक खेल) आवश्यक हुन सक्छ।

विद्यालय मनोवैज्ञानिकहरूको राष्ट्रिय संघ (NASP) को सुझाव पानाबाट उद्धरण गरिएको।