

اسکولوں میں دکھ و صدمے سے باخبر جگہیں: اکثر پوچھے جانے سوالات (FAQ) فینرفیکس کاؤنٹی پبلک اسکولز

دکھ و صدمے سے باخبر جگہیں کیا ہیں؟

دکھ و صدمے سے باخبر جگہیں تمام افراد کی حفاظت اور شمولیت کو ترجیح دینے کے لیے ، ممکنہ تناؤ کو کم کرتے ہوئے ڈیزائن کے عناصر کا استعمال کرتی ہیں۔ بعض جگہوں میں طلباء کے مسائل کا سبب بننے والے جذبات کو کنٹرول کرنے میں مدد کرنے کیلئے مواد اور سرگرمیاں بھی شامل ہیں۔ اسکول تناؤ کو کم کرنے اور لچک کو فروغ دینے کے لیے ہر قسم کی جگہوں کو ، جیسے کلاس رومز ، دالان ، کیفے ٹیریا ، اور یہاں تک کہ میٹنگ رومز ، تبدیل کرسکتے ہیں۔ یہاں کچھ طریقے ہیں جو وہ کر سکتے ہیں:

- **تناؤ کے عوامل کو کم کرنا:** اس کا مطلب یہ ہو سکتا ہے کہ کچھ علاقوں میں مدہم روشنیاں ہوں ، یا ایسے پرسکون علاقے ہوں جہاں لوگ اونچی آواز سے وقفہ لے سکیں۔
- **فطرت سے جڑنا:** اسکول کلاس رومز میں پودے رکھ سکتے ہیں ، دوپہر کے کھانے کے دوران فطرت کی آوازیں سنوا سکتے ہیں ، یا ایک باغیچہ بنا سکتے ہیں جہاں طلباء آرام کرسکیں۔
- **خود پر قابو پانے میں معاونت کرنا:** آرام دہ کرسیاں ، فجیٹس کھلونے یا دیگر سرگرمیاں ہو سکتی ہیں جو کلاس روم میں خود پر قابو پانے کو فروغ دینے میں مدد کرتی ہیں اگر وہ جذبات سے مغلوب ہو رہے ہوں۔

اسکول دکھ و صدمے سے باخبر جگہوں کی منصوبہ بندی کیسے کرتے ہیں؟

تمام اسکولوں کو ٹراما انفارمڈ اسپیس پلاننگ ٹول بنانے کے لیے گائیڈنس تک رسائی حاصل ہے اور اعلیٰ معیار کی جگہوں کے لیے منصوبہ بندی میں معاونت کے لیے سماجی اور جذباتی تدریس کی ٹیم (SEL) اور خصوصی تعلیمی ٹیموں کی مدد حاصل ہے۔ پلاننگ ٹول اسکول کی ٹیموں کو مختلف قسم کے دکھ و صدمے سے باخبر تجاویز کے ذریعے جگہ بنانے یا موافق بنانے کے لیے لیکر چلتا ہے۔ اسکول اہم معاون تفصیلات پر غور کرتے ہیں جیسے:

- جگہ کس لیے ہے اور اسے کیسے استعمال کیا جائے گا؟
- حفاظت کے لیے کون سے طبعی عناصر کو شامل یا تبدیل کیا جائے گا (یعنی روشنی ، تنظیم ، فطرت سے تعلق)؟
- طلباء اور عملہ جگہ کا استعمال کیسے سیکھیں گے؟
- طلباء کو کن اہم سماجی اور جذباتی سیکھنے کی مہارتوں کی ضرورت ہو سکتی ہے؟

اسکولوں کو اسکول بورڈ کی پالیسیوں پر عمل کرنا چاہیے جو اس بات کی نشاندہی کرتی ہیں کہ اسکول کی جگہ میں کون سے سامان اور فرنیچر کو محفوظ طریقے سے رکھا جاسکتا ہے۔ ٹرامپولین اور جھولے ایسے آلات کی مثالیں ہیں جن کی تدریسی ماحول میں سفارش نہیں کی جاتی ہے۔

کیا دکھ و صدمے سے باخبر جگہیں افراد کے لیے ہیں یا کسی گروپ کے لیے؟

دکھ و صدمے سے باخبر جگہیں مشترکہ جگہیں ہیں ، جو طلباء کے لیے انفرادی مداخلت کی منصوبہ بندی کے مقابلے میں سب کے لیے قابل رسائی ہیں۔ کلاس روم کی جگہ جیسی جگہوں میں سیلف ریگولیشن ٹولز شامل ہوسکتے ہیں جو آپ کے طالب علم کو فائدہ پہنچا سکتے ہیں۔ دکھ و صدمے سے باخبر جگہیں اسکول کی کمیونٹی کی اہم تر ضروریات کو پورا کرنے کے لیے تیار کی گئی ہیں۔

میں اپنے بچے کی خود پر قابو پانے کی انفرادی اور/یا حسی ضروریات کی وکالت کیسے کرسکتا / سکتی ہوں؟

اگر آپ کے طالب علم کے پاس IEP یا 504 پلان ہے ، تو اپنے کیس مینیجر کے ساتھ مل کر اس بات پر غور کیجیئے کہ موجودہ پلان میں کیا شامل کیا جا سکتا ہے۔ سیلف ریگولیشن اور حسی ضروریات کو استاد یا دیگر تدریسی عملے کے ممبر براہ راست یا ماحولیاتی معاونت ، موافقت ، اور/یا سہولیات کے ذریعے سپورٹ کرسکتے ہیں۔ اگر آپ کے طالب علم کی شناخت ایک معذور طالب علم کے طور پر نہیں ہوئی ہے ، تو اپنے طالب علم کے استاد یا کونسلر سے بات کیجیئے کہ آپ کے اسکول میں فی الحال کون سے آپشنز دستیاب ہیں۔

چند تجاویز یہ ہو سکتی ہیں:

- ماحولیاتی موافقت جو طالب علم کی کامیابی کو فروغ دیتے ہیں (روشنی ، آواز ، بصری ، نشست)
- ترتیب شدہ ، طے شدہ وقفوں تک رسائی
- ترجیحی حسی سرگرمیوں اور ڈھانچے تک رسائی اور ان کا انتخاب (جیسا تدریسی ماحول میں مناسب ہو)
- نظام الاوقات میں تبدیلیوں یا بڑی گروپ سرگرمیوں (جیسے کیفے ٹیریا، اسمبلیاں) میں طالب علموں کی مدد کے لیے متبادلات یا طریقہ ہائے کار

TRAUMA-INFORMED SPACES

Trauma informed spaces promote safe, welcoming, and healing learning environments. Spaces should strive to uplift these elements but may serve different purposes. Here are some examples.

