



东南早报健康养生周刊推出《育儿堂》专栏,用我们覆盖福建乃至全国的育儿、心理咨询师专家库,为您排解育儿烦恼。

您可以通过扫一扫东南早报育儿堂公众号和微信号二维码,将您碰到的育儿烦恼和问题发送给我们,我们将帮您向专家咨询,请专家解答。



危险时刻能救命

安全意识如何“从娃娃抓起”



告诉孩子家里发生灾情时如何脱险

新闻一:河南周口1月21日凌晨,10岁的孩子李翼洋在发现火情后,第一时间逃出火场并拨打“119”报警电话进行求助,向消防员清晰讲述了家庭地址、着火物、现场情况等关键信息。随后李翼洋拿起衣物放在水里浸湿,捂住口鼻进入火场先后将醉酒的爸爸和惊慌失措的奶奶拉出。李翼洋小朋友遇火情,临危不乱,头脑清晰。他勇敢的行为拯救了一家人。中国消防提醒:不提倡未成年人参与灭火,遇到火灾小朋友第一时间要先保护好自己安全。

新闻二:1月21日长沙两小孩,一个10岁一个9岁,因为邻居的误会,不敢回家。走着走着迷了路,等到夜深,在一个陌生的地下车库睡着了。醒来后,饥寒交迫的他们只想快点回家,便又开始在大马路上瞎走。幸好遇到巡逻的警察叔叔,将他们接上车,送到派出所。

新闻一中的孩子掌握了科学的火灾应急知识临危不乱;新闻二中两个孩子走失迷路却不懂求救。放假期间,孩子们的安全问题至关重要,家长应如何培养孩子的安全意识呢?

了解家里的逃生出口:首先要让孩子知道家里所有窗户和门的位置,哪些出口是第一选择,哪些是在必要的时候才使用。尤其要重视孩子的房间,尽量让安全出口保持时刻畅通。定期检查所有窗户的安全锁和推拉装置,确保在遇到紧急情况时能顺利把窗户打开。

立即撤离:一旦听到火警警报铃响起,迅速按照设定好的逃生路线离开。如果住在楼房,记住一定要走楼梯,不要乘坐电梯。

试探火情:火情出现后,先要确认是否可以由房间门逃走。用手背轻轻触摸房门把手、房门上边缘,以及其他的缝隙处。如果在其中一个地方感到

热,就要放弃门口,使用第二条逃生路线。如果感觉到门的温度很凉,要慢慢地打开门,阻止浓烟进到房间里。在必须穿过浓烟逃生时,要记住爬行前进,并把衣服浸湿遮住鼻子和嘴,减少浓烟的吸入。这些逃生技巧要提前教会孩子。家长最好能和孩子一起做应急逃生演练。



教育孩子外出时懂得保护自己

教育孩子出门时紧跟大人,不跟陌生人走,不在河边和马路边玩耍,遵守交通规则等。了解周围环境中不安全的事物,不做危险的事,比如:不动热水壶,不玩火柴或打火机,不

摸电源插座,不攀爬窗户等。认识常见的安全标志,比如:小心触电、小心有毒、禁止下河游泳、紧急出口等。具备隐私意识,知道哪里是自己的隐私部位,并且不允许别人触摸等。

掌握简单的自救及求救方法,知道家庭住址、电话号码、家长姓名和单位,和家人走散时知道向大人求助并提供这些信息;遇到火灾或其他紧急情况,会拨打110、120、119等求救电话。



避开安全教育误区

误区一:越叮嘱越牢记
孩子进入叛逆期后,容易对“不要”“不准”“不可以”这类词产生逆反情绪。叮嘱的次数越多,他会越逆反。可以试着告诉孩子:你要这样做。

误区二:越恐吓越规矩
有的家长为了不让孩子做

危险的事,会用恐吓的方式教育他,比如“你再乱跑,爸爸就不要你了”“再玩火,大灰狼就来把你吃掉”,这样不仅达不到目的,反而容易让孩子失去安全感,变得胆小怯懦。

误区三:越包办越安全
为了防止孩子发生意外,家

长总是小心翼翼、时时刻刻对孩子严加保护和防范。当孩子面临危险时,成人更具普遍性的做法是包办代办,而不是教育孩子如何去应对这样的场面,如何去保护自己不受伤害。这种“重保护轻教育”的行为,使得孩子们缺乏生存经验和自我保护常识。



给孩子一个有安全感的家

新闻二中孩子走失是因为害怕父母责骂不敢回家,民警对该家长进行教育:“不管小孩是出于何种原因出走,亲子关系的处理上都不能有过激行为。”“亲子关系只有爱和安全感才是正确的处理方式。”

家长不要只关心孩子的身

体健康及学业情况,还需要主动了解他们的内心感受和想法,关心他们情绪和社交情况的变化。面对孩子的情绪波动或行为改变,家长要做到多倾听、多理解、少评价、少说教,不要一味指责,要耐心找到孩子出现变化的原因,帮助他们学习合理表达

情绪,处理生活、学业及社交方面的困难。

千般照顾,不如自护。家长应对孩子时时刻刻进行安全意识的强化教育,教给孩子必要的安全知识,把安全的金钥匙交到孩子手中。(综合中国消防、幼儿教育、《湖南日报》)



(视觉中国)