

Що повинна знати дитина, щоб врятуватись у надзвичайній ситуації

Для кожних батьків їхні діти завжди залишаються малюками, яким потрібно давати поради й оберігати від неприємностей. Часом батькам складно прийняти, що дитина виросла і їй необхідно самій приймати рішення і відповідати за свої вчинки. Але зробити це треба. Хоча б тому, що ви не зможете перебувати зі своєю дитиною всюди і завжди, оберігаючи від усіх життєвих негараздів. І чим швидше ви це зрозумієте, тим краще для вашої дитини.

Перш за все:

Запитайте вашого сина чи дочку, чи знають вони, як діяти в разі тієї чи іншої небезпеки. Напевно вони відразу назвуть вам масу варіантів поведінки в тій чи іншій ситуації. І ви спокійно видихнете: за безпеку дитини можна бути спокійною. Але на ділі все не так райдужно. Адже між „знати” і „зуміти скористатися знаннями” – прірва. І вчити дітей необхідно застосуванню знань на практиці.

Правила безпеки повинні настільки міцно закріпитися в голові дитини, щоб у потрібний момент вони спрацювали буквально на рівні рефлексів, автоматично. Тоді в будь-якій ситуації дитина не розгубиться і матиме на порядок більше шансів врятувати себе.

Як це зробити?

По-перше, починайте «вкладати правила безпеки в голову вашої дитини якомога раніше. Робити це необхідно ненав'язливо. З маленькими дітьми можна програвати небезпечні ситуації і способи виходу з них. Наочність працює краще мільйона слів, повторюваних тисячу разів.

По-друге, подавайте приклад. Пам'ятайте прислів'я: „Не виховуйте дітей, все одно вони будуть схожі на вас. Виховуйте себе”. Діти, часом неусвідомлено, копіюють дії батьків. Запитайте себе: як ви діятимете в небезпечній ситуації? Станете панікувати, кинетеся допомагати комусь чи постараетесь зберегти голову ясною і згадаєте все, що необхідно, щоб врятуватися? У 80% зі 100 так само вчинять і ваші діти. І навіть якщо ви тисячу разів повторите дитині, що переходити дорогу потрібно тільки на зелене світло і лише по пішохідному переходу, а самі регулярно будете переводити його через шосе в недозволеному місці, будьте впевнені, саме цей вчинок відкладеться в його голові, а не ваші слова.

По-третє, враховуйте вік дітей. Зрозуміло, що з підлітками говорити про безпеку доведеться інакше, ніж з малюками. Тим більше що першим здається, що вони цілком собі „самі з вусами”, та й почуття небезпеки в їхньому віці відчутно притупляється. Пам'ятайте, дитина повинна вам довіряти, тільки тоді ви зможете бути почутими.

Четверте правило – створення рамок. У дитини має бути чітке розуміння того, що певні межі порушувати не можна. Як це допоможе йому впоратися з небезпекою? Справа в тому, що зовнішній контроль допомагає розвитку внутрішнього контролю. А це, в свою чергу, допоможе зберегти голову вашої дитини ясною навіть в екстремальній ситуації.

П'яте, на що слід звернути увагу, – навчити дитину не піддаватися паніці. „Усі побігли, і я побіг” – часто не найкращий варіант розвитку подій. Постаратися оцінити ситуацію і швидко знайти максимально швидкий і вірний спосіб убезпечити себе краще вийде з ясною головою. Це важко, так. Але до цього потрібно прагнути.

Інструкцій про те, як убезпечити дітей в різних ситуаціях, безліч. Зрозуміло, всі правила необхідно вкладати в голову дитини поступово, але так, щоб це закріпилося там назавжди.

ПОРАДИ:

- Дитина повинна знати свої ім'я та прізвище, а також імена і прізвища батьків (дітям старшого дошкільного віку та школярам необхідно вивчити номери телефонів батьків і екстрених служб).
- Привчіть дітей ЗАВЖДИ слухати оголошення (в метро, торговому центрі, на вулиці) і своєчасно реагувати на них.
- Дитина чітко повинна знати правила поведінки в натовпі. Ніколи не рухатися проти натовпу, не піднімати речі, які впали, намагатися не впасти. Якщо дитина таки впала, – намагатися вхопитися за найближчу людину, його штанини, руки, що завгодно – і підніматися якомога швидше.
- Зверніть увагу дітей на плани евакуації в незнайомих будівлях і навчіть ними користуватися.
- У надзвичайних ситуаціях просити допомоги у дорослого (поліцейський, співробітник магазину, охоронець і т.п.).
- Ні в якому разі не тікати і не ховатися, якщо в приміщенні сталася пожежа, відчувається запах гару або відбуваються якісь схожі речі. Навпаки, потрібно намагатися якомога швидше постаратися дістатися найближчого безпечного виходу. Не користуватися ліфтом!

- При пожежі в приміщенні, по можливості, намочити одяг і волосся водою (з-під крана, фонтану і т.п.), змочити шарф або хустку водою й обмотати навколо носа і рота. Якщо води поблизу немає – потрібно помочитися на будь-яку ганчірку – кофту, спідницю, шарф – і обмотати обличчя. Сеча фільтрує дим навіть краще, ніж вода.
- Ні в якому разі не чіпати чужі і підозрілі предмети!
- При надзвичайної ситуації намагатися триматися з дорослими людьми (якщо батьків не виявилось поруч).
- Батьки повинні ЗАВЖДИ знати, куди вирушає їхня дитина і де його можна знайти.

І наостанок, бережіть дітей, розмовляйте з ними, пам'ятайте про те, що вони – найцінніше, що у вас є. І від ваших правильних слів і дій часто залежить їхнє життя. Не забувайте про це.