

如何让孩子 不受意外伤害？

淘气、爱玩是孩子的天性，那么为人父母如何在给足孩子成长探索空间的同时，保证孩子避免受到意外伤害呢？在陪伴孩子共同成长的过程中，家长们应该关注哪些方面给孩子全方位的保护呢？下面我们一起听听家长和老师有什么好的建议？



邵怡明 绘图

及时进行安全教育 时刻保持高度警惕

讲述人简介：杨女士 幼儿园老师 女儿11岁、儿子9岁

对每个孩子来说，爱玩是他们的天性，可是作为父母来说，又很害怕孩子在玩耍中受到意外伤害。还记得我很小的时候，家附近有湖，一到暑假，很多男同学就会去小湖里游泳，记得有一次，有两个小男孩在游泳时不幸溺水死亡了。男孩的父母赶到时，看到死去的孩子，哭得撕心裂肺，死去活来，那种悲伤的场景深深烙在我的脑海。所以后来很多年，我都很怕水，我自己有孩子后，从不带孩子到水边玩。有时候孩子们很想玩水，我就会带他们去游泳馆，给他们套上游泳圈，不让他们从我的视线离开一刻，生怕孩子出什么危险，很是提心吊胆。

我女儿是老大，今年11岁，儿子今年9岁，他俩的性格都比较外向，也很活跃。在家里，凡是刀、火、电、有锋利棱角的物品，我们都会告诉孩子，并尽可能采取防护措施。后来我发现孩子们还喜欢出去玩，那这种时候大人不在身边，孩子应该怎么办呢？我和我老公想了很多办法，后来得出的一致结论是我们得对孩子进行安全教育。

我们买了很多安全教育这方面的书，有时间了，就以讲故事的方式告诉孩子，两个孩子还挺愿意听的，我们还会告诉他们生命很脆弱，一定要远离各种危险。因为从小就给孩子灌输各种安全知识，他们很注意这些，比如过马路的时候，会紧紧牵着我们的手，在人多的时候，也不闹着玩，紧跟大人。一个人不去水边，不玩火，也不随便打开煤气灶，不动厨房的刀具，不随便吃别人给的食物，家里不确定的食物也不随便吃……这让我和孩子的爸爸都很欣慰。

说到底，保护孩子，不让他们受到意外的伤害，是每个家长的责任。我们除了要对孩子进行安全教育外，还要时时提醒孩子，不要单独去陌生的地方，和不熟悉的人玩，防止孩子被烫伤、烧伤、割伤，做父母的，在孩子小的时候就是要小心谨慎，操心孩子的方方面面，让他们健康长大。

引导孩子远离插座避免触电危机

讲述人简介：陶女士 企业职工 儿子13岁

自从孩子会走路的那一刻起，作为家长真是时刻担心着，怕他会跌倒，碰伤，注意力可以说全被孩子吸引了。但是孩子天性好动，尤其是男孩子，怎么样避免孩子不受意外伤害？回想一下育儿过程，引导孩子远离插座、不触碰带电物体，应该是很重要的一点。

现在家中电器设备越来越多，孩子的好奇心很强，他们可能会“到处探索”，大人手指可能触摸不到插座铜片，但孩子的小指头就有可能碰到。比如，儿子小时候就用手指去尝试戳插头里面的小孔，这实在太危险了。所以，如果家长不注意，很容易发生触电事故。

我们的做法主要有两点：一是，用完电器后要及时关闭电源，定期排查电线、电器等，将插排放到孩子不易触碰的地方，也可考虑安装带保险挡片的安全插座。尤其需要注意的是，像电风扇、熨烫机、吸尘器，以及充电电源等，用完之后要立即收好，不要嫌麻烦，就一直插着电放置着。长时间下去不仅浪费电源，更容易危险到孩子。二是，根据孩子的年龄逐步引导孩子识别电力安全警示，远离危险区域。比如，儿子在宝宝阶段，我们在家里的插座等涉及到安全的地方，用一些儿子不喜欢的怪兽头像粘贴上去进行遮挡，并用讲故事的形式告诉儿子，那是个坏东西，不能用金属的物品和小手伸到插孔里面去，这起到的效果很好。儿子在玩耍的时候，还讲故事一样讲给小朋友们听。儿子上小学后，我们会认真的告诉他，不要去触碰带电的物体，包括电线、插座，不要用潮湿的手或者是湿手去触摸电器、电源等，而且不要用湿布去擦拭电器。电器使用完毕后应该及时去关闭电源。

总之，生活中很多的东西都有可能使孩子受到伤害，家长不仅要去定期的排查家中的电线和电器的安全，也要学习如果孩子发生一些意外伤害时的正确处理办法。

提前为孩子录入预警机制

讲述人简介：王先生 企业职工 女儿13岁

俗话说：“闺女是父亲的小情人。”自从有了闺女之后，我真是觉得这句话形象地说出了我的心情。陪着孩子一起长大成了我最浪漫的事情。然而这其中也有很多担忧，怕孩子受伤、担心孩子遇上坏人，总之各种担心。孩子学走路的时候怕她摔倒，厨房更是看管重地，一般不让进；她滑滑梯我全程陪护，就怕有闪失，就这也没少摔着。受伤最多的是孩子学轮滑的时候，有一次直接把脚摔骨裂了，给我心疼不行。虽然很心疼，但是孩子的状态却还挺好，比我还乐观，坐着也不影响玩。索性养了一段时间后，完全恢复了，我也就放心了，凡事也能看开了；受伤是她人生路上必不可少的一堂课，我不能总护着她，她要试着学习保护自己。

为了让闺女学会自我防护，我给孩子报了跆拳道班，锻炼力量。我认为学会一些基本的防身术是必不可少的。日常生活中只要遇到有风险的事情，我都会提醒她注意，并给出防护措施。一般在不特别危险的情况下，我不会参与孩子做决定，有时孩子会选择一些有挑战的事情，这时我会格外注意。

现在社会很复杂，孩子的想法单纯，有的不法分子专门伤害学生。新闻上经常有关于这方面的报道，看了之后我一下子就会想到自己的孩子，所以我会经常跟她讨论这些新闻事件，一起探讨如果孩子遇上类似的问题怎么办，算是给她提前储备一些预警机制吧。

教育孩子学会求助 与孩子建立良性沟通

专家点评：门头沟区教育研修学院 研修员 姚维佳

如何教育孩子学会自我保护，处理好同伴关系，受伤后如何正确对待，是家长们关心的问题。

一、培养孩子的自我保护意识

当孩子从故事、动画片或新闻中看到同伴发生争吵或冲突时，家长要明确告诉孩子，遇到这种事情第一时间要用嘴沟通，告诉对方“你不能打人”“你不能这样说”“你把我打疼了”……告诉孩子不做先动手的那个人，如果有人动手，一定要保护好自己不受伤害。可以教给孩子一些简单的自我保护要点和方式，例如“脑袋很重要，要保护好”“别人打你的时候，胳膊是可以保护你自己的”“摔跤时用手保护自己”等，安全教育要常做。

教育孩子学会求助，遇到同伴动嘴或动手造成伤害的情况，要及时告知身边的成年人。与孩子一同商讨求助或倾诉对象，使孩子在受到伤害或心理困扰时有充足的支持系统。

二、与孩子建立定期的良性沟通

三个提问可以帮助家长更好地与孩子沟通：今天学校有什么好玩的事情吗？（了解孩子的兴趣点和关注点）有什么不开心的事情吗？（了解孩子的问题和困难）有什么需要我帮助你的吗？（了解是否需要帮助）

三、如果孩子经历了伤害，父母可以做什么？

首先，倾听孩子的诉说。

一旦孩子在学校发生与同伴的矛盾或冲突，父母最重要的是创设安全安静的环境，帮助孩子真实表达自己的感受。孩子发生矛盾冲突后，最早产生的情绪可能是愤怒、恐惧，随之而来的可能是紧张、羞耻等感受，这些情绪可能会导致孩子不愿意表达，这时无须逼着孩子说或做，让孩子有一个安全受保护的空間，更有利于安抚孩子的情绪。

其次，家长沟通与孩子参与矛盾解决相结合。

同伴之间发生矛盾冲突，通常采取两条路径并行的模式：既要家长私下沟通，也要孩子参与解决。双方家长给孩子创设一个当面解决问题的场景，在他们能理解的基础上，让事件双方参与解决问题的过程中。孩子彼此道歉，表达对对方的不满和希望，再握手言和，让孩子自主完成。有时不一定当场就要做到，也可以是事后做。家长们虽不能时刻参与孩子的学校生活，但是可以教会孩子适当的做法，并且告诉孩子，在面临冲突或受到伤害时应该如何做。对于孩子而言，最需要的是你的陪伴与拥抱。

本报记者 任洁 博雅 杨琳琳 余翠平 采访