

BEZPIECZNY PRZEDSZKOLAK

Czas wakacji, choć niewątpliwie przyjemny, nie chroni nas niestety przed zagrożeniami. Niebezpieczeństw jest naprawdę wiele, a w szczególnym stopniu narażone są nasze pociechy. Zapewnienie im bezpieczeństwa jest oczywiście priorytetem, ale pamiętajmy, że dobre efekty przyniesie również wyposażenie brzdąca w niezbędną wiedzę i umiejętności oraz nauczenie go zachowań, dzięki którym sam będzie mógł zadbać o swoje zdrowie i bezpieczeństwo.



JAKIE ZAGROŻENIA CZYHAJĄ NA DZIECKO?

Przede wszystkim dzieci powinny nauczyć się rozpoznawać sytuacje niebezpieczne i poznać zagrożenia na nie czyhające. Kluczowym elementem jest przybliżenie dzieciom niebezpieczeństw, na które mogą być narażone.

Przygotowanie dziecka do dbałości o bezpieczeństwo powinno przede wszystkim obejmować tematy:

- zagrożeń podczas sytuacji kryzysowej (np. podczas burzy, pożaru, nagłej niedyspozycji opiekuna, itp.),
- poruszania się po ulicach i drogach oraz korzystania ze środków transportu,
- zagrożeń płynących ze świata ludzi, roślin i zwierząt,
- kontaktu z lekarstwami i środkami chemicznymi (np. środkami czystości),
- samodzielnego organizowania sobie czasu wolnego.

JAK WYPOSAŻYĆ DZIECKO W NIEZBĘDNĄ WIEDZĘ?

Oczywiście najważniejsza jest komunikacja. Poruszajmy temat przy różnych okazjach. Regularnie przeprowadzajmy z dzieckiem rozmowy o możliwych zagrożeniach. Instruujmy w jaki sposób unikać niebezpieczeństw i jak sobie z nimi poradzić, gdy zaistnieją. Nauczmy przewidywania skutków różnych zachowań, odpowiedzialności za swoje czyny i podejmowania odpowiednich decyzji. Wyłumaczymy, że **każdy człowiek ma prawo do bezpieczeństwa** i nie można go tego prawa pozbawić. Dlatego wyraźnie zaznaczmy, że **jeśli dziecko poczuje zagrożenie – ma prawo protestować i szukać pomocy**.

Poza tym warto wykorzystać wszelkie dostępne materiały, które z pewnością uatrakcyjnią i - co istotnie - ułatwią dziecku przyswajanie wiedzy. Możemy posiłkować się różnego rodzaju:

- obrazkami i kartami pracy,
- piosenkami dla dzieci,
- kolorowankami nawiązującymi do aktualnie poruszanego tematu,
- wierszykami i książeczkami poruszającymi zasady bezpieczeństwa, np. seria książeczek „Bezpieczne dziecko”, bajki „Przygody Fenka” z serii *Bezpieczeństwo*, itp.
- ankietami sprawdzającymi wiedzę dzieci na temat bezpieczeństwa.

JAK PRZYGOTOWAĆ DZIECKO NA...

➤ ...SYTUACJĘ ZAGROŻENIA:

- **Nauczmy dziecko numerów alarmowych:** 999, 998, 997 oraz 112, wpiszmy je wspólnie w pamięć telefonu, wywieśmy w widocznym miejscu.
- Recytujemy rymowanki lub wymyślimy własny wierszyk, np. „gdy pomocy medycznej potrzebujesz, trzy dziewiątki wystukujesz”.
- **Poćwiczmy rozmowę telefoniczną z operatorem** (zwróćmy uwagę, że trzeba się przedstawić, poinformować: co, komu i gdzie się stało oraz jaka pomoc jest potrzebna).
- Nauczmy dziecko numeru telefonu do co najmniej jednego z rodziców.
- Ustalmy zasadę, że gdy się zgubi, prosi o pomoc osobę w mundurze (uniformie lub z identyfikatorem). Najlepiej, by dziecko czekało na nas w miejscu, w którym się zgubiło. W dużych skupiskach ludzkich (typu: sklep, dworzec) ustalmy miejsce, w którym się spotkamy w razie zgubienia.
- Zaopatrzymy dziecko w **identyfikator z imieniem i nazwiskiem oraz numerem telefonu do jednego z rodziców** – w panice dziecko może zapomnieć tak ważnych informacji.

➤ ...BEZPIECZNE PORUSZANIE SIĘ PO DROGACH:

- Podczas zakupów, spaceru czy w drodze powrotnej z przedszkola **zaobserwujmy i zastanówmy się, czy dziecko nie jest bezwolnym pieszym** i czy nie wędruje za nami beztrosko, bez świadomości jak należy zachować się na ulicy.
- Podczas spaceru czy drogi do przedszkola **nazywajmy głośno swoje zachowania:** „Idę prawą stroną chodnika. Idę lewym poboczem, przodem do innych użytkowników drogi (pojazdów). Zatrzymuję się przed krawężnikiem. Czekam na zielone światło. Rozglądam się w lewo, w prawo i jeszcze raz w lewo, zanim wejdę na jezdnię. Przechodzę na drugą stronę po pasach. Nie wbiegam na jezdnię. Przez jezdnię idę zdecydowanym krokiem”.



- Komentujemy swoje zachowania przez kilka dni, a potem zorganizujemy quiz, by zorientować się, ile z tych informacji pozostało w głowie dziecka. Możemy np. Przygotować dwa koła, jedno w kolorze zielonym, drugie – czerwonym. Na zielonym narysujemy uśmiechniętą buźkę, na czerwonym smutną. Umówmy się z dzieckiem, że zielona buzia to odpowiedź „tak”, zaś czerwona „nie” i zadajmy mu szereg pytań, sprawdzając postępy.
- W miarę upływu czasu, gdy dziecko udziela coraz więcej poprawnych odpowiedzi, podczas kolejnych spacerów przestawajmy trzymać go cały czas za rękę, pozwalając by zaczął samodzielnie podejmować decyzje dotyczące poruszania się. Oczywiście cały czas bądźmy obok, aby w każdej chwili móc zainterweniować.

➤ ...ZAGROŻENIE PŁYNĄCE ZE STRONY INNYCH LUDZI:

- Nauczmy dziecko, że **nie każdemu może ufać**. Wytłumaczmy, że nie każdy sympatycznie wyglądający człowiek musi mieć dobre intencje. Nie dzielimy ludzi na dobrych i złych: ludzie krzywdzący dzieci wcale nie wyglądają na złych (są mili, uśmiechnięci, ładnie ubrani) dlatego powiedzmy dziecku, że powinno uciekać, gdy ktoś obcy podchodzi do niego i chce porozmawiać lub próbuje zrobić coś co je przeraża, czy zawstydza.
- Powiedzmy dziecku, że kiedy odbiera telefon nie powinno mówić gdzie mieszka ani jak się nazywa.
- **Ustalmy z dzieckiem listę osób, do których może mieć zaufanie**, opowiedzmy komu poza najbliższą rodziną może bezwzględnie zaufać (pani w przedszkolu, wychowawca na kolonii, policjant, trener).
- Wspólnie z dzieckiem **wymyślmy hasło bezpieczeństwa**, które będą znały tylko osoby najbliższe.
- Nauczmy dziecko odmawiać i rozmawiać z nieznanymi. Możemy w tym celu wykorzystać bajki o „Czerwonym Kapturku”, „O wilku i siedmiu koźlątkach” czy „O kotku Mądralku i Kogutku Złotobutku” lub trenować, odgrywając np. krótkie scenki za pomocą lalki i misia.
- Omawiamy sytuacje, w których dziecko może być zagrożone. Opowiedzmy o swoich doświadczeniach tego typu.
- Poruszmy temat złego i dobrego dotykania. **Dziecko musi wiedzieć, że jeżeli nie chce, żeby go dotykano czy całowano ma prawo głośno to powiedzieć**, nawet wtedy, gdy kocha osobę, która chce to zrobić. Zdarza się, że dziecko nie lubi całowania przez niektóre ciotce, czy inne bliskie osoby choć ich samych lubi. Nie należy zmuszać dziecka do takich zachowań, gdyż w chwili zagrożenia dziecko będzie miało odwagę powiedzieć „nie”.

- Powiedzmy dziecku o groźnych i niegroźnych tajemnicach: wytłumaczymy, że niegroźną tajemnicą jest np. przygotowanie niespodzianki dla bliskiej osoby z okazji urodzin, ale powiedzmy, że jeżeli ktoś „robi coś” co dziecku sprawia przykrość i prosi go równocześnie o zachowanie tajemnicy, to jest to groźna tajemnica i koniecznie powinno jak najprędzej powiedzieć o tym mamie, tacie lub innej osobie do której ma zaufanie.
- Pozwólmy dziecku na łamanie zasad: ucząc dziecka zasad bezpieczeństwa należy mu powiedzieć, że **obowiązujące nas zasady postępowania może złamać, gdy poczuje się zagrożone. Wolno mu wtedy użyć wszelkich sposobów, byleby tylko nic złego mu się nie stało: może odmówić, nie posłuchać, krzyczeć, kopać, kłamać.**

Bezwzględnie wymagajmy od dziecka, by nigdy:

- ⊘ nie brało słodyczy, zabawek, pieniędzy od nieznajomych,
- ⊘ nie wsiadało do samochodu, którym kieruje nieznajomy,
- ⊘ nie przyjmowało propozycji wspólnych spacerów z osobami obcymi,
- ⊘ nie wyjmowało swojego klucza od mieszkania i nie otwierało drzwi mieszkania, jeżeli w domu nie ma rodziców, a w pobliżu kreci się ktoś nieznajomy.



➤ ...ZAGROŻENIE PŁYNĄCE ZE ŚWIATA ROŚLIN I ZWIERZĄT:

- Zadbajmy, aby dziecko wiedziało, że obce zwierzęta mogą być dla niego niebezpieczne, bo mogą być agresywne lub są nosicielami groźnych chorób.
- Powiedzmy, że nie wolno drażnić zwierząt, dokuczać im, czy próbować uderzyć, ale wytłumaczymy też, że to może wyzwolić u nich agresję.
- **Nauczmy dziecko „pozycji żółwia”** w przypadku ataku psa i ćwiczmy regularnie: w pozycji klęcznej (nogi podkulone pod brzuch) trzeba położyć głowę na ziemi i zakryć ją obiema rękami, osłaniając twarz i uszy ramionami, palce rąk schować pod twarzą.
- Zadbajmy, by dziecko wiedziało, że istnieją takie rośliny, które wydzielają szkodliwe dla zdrowia lub życia substancje i toksyny oraz że nie wszystkie rośliny można zrywać, jeść.
- Oglądajmy atlasy botaniczne, czytajmy informacje o roślinach i owocach trujących, zwłaszcza przed wyprawą do lasu na grzyby i jagody.

➤ ... KONTAKT Z LEKARSTWAMI I ŚRODKAMI CHEMICZNYMI:

- Nauczmy dziecko, że **nie może samodzielnie zażywać lekarstw i stosować środków chemicznych** (np. środków czystości).
- Uświadommy dziecku, że lekarstwa można zażywać tylko wtedy, gdy jest wyraźne do tego wskazanie lub gdy przepisze je lekarz, i że zażywanie ich może być bardzo groźne dla życia lub zdrowia.
- Pokażmy dziecku ulotki dołączone do lekarstw, przeczytajmy zamieszczone w nich informacje o możliwym szkodliwym działaniu i skutkach ubocznych.
- Wspólnie zrobmy przegląd apteczki, posegregujmy leki, wytłumaczmy do czego służą.
- **Przygotujmy dla dziecka apteczkę pierwszej pomocy**, w której umieścimy głównie plastry z opatrunkiem, gazę i bandaże, a następnie umówmy się z dzieckiem, że jedynie z tej apteczki może korzystać w razie skaleczenia.



- Podobnie postąpmy z detergentami używanymi w gospodarstwie domowym. **Pokażmy i objaśnijmy znaczki ostrzegawcze** zamieszczone na tych produktach przez producenta. Wytłumaczmy, do czego te środki służą, jakie jest ich działanie.
- Zademonstrujmy żrące działanie odplamiacza, udrażniacza do rur lub płynu do WC.
- Pokażmy fotografie poparzeń środkami chemicznymi w Internecie lub encyklopedii zdrowia.
- Powąchajmy wszystkie zapachy żeli, szamponów i płynów do kąpieli, zrobmy wspólnie bańki mydlane i koniecznie umówmy się z dzieckiem, że te środki czystości są bezpieczne tylko wtedy, jeśli używa się ich zgodnie z przeznaczeniem.

➤ ... ORGANIZOWANIE SOBIE CZASU WOLNEGO:

- Jeśli dziecko jeszcze nie wie, **nauczmy je, gdzie można się bezpiecznie bawić, a gdzie nie**. Dla ciekawego poznawczo brzdąca wcale nie jest oczywiste, że nie należy wychylać się z okien i balkonów, wchodzić na dachy, strychy i do piwnic oraz wspinać na meble. Dlatego powinniśmy mu jasno o tym powiedzieć. Nie zakazujemy jednak, nie mówmy „nie wolno”, lecz spokojnie tłumaczmy dlaczego nie należy tak postępować.
- Rozmawiamy z dzieckiem o różnych wypadkach i urazach.



- Wymagajmy, aby dziecko nosiło kask podczas jazdy rowerem czy na deskorolce. Wytłumaczymy jednak dlaczego. Wyjaśnijmy, że konieczna jest ochrona głowy. W tym celu możemy przeprowadzić eksperyment:

Weźmy dwa piękne jabłka i umówmy się z dzieckiem, że będą one symbolizować głowę. Jedno z jabłek owińmy folią bąbelkową - to będzie nasz kask. Drugie jabłko pozostawmy niczym nieosłonięte. Następnie opuśćmy oba jabłka z tej samej wysokości. To pozwoli zaobserwować, że jabłko, które nie było niczym owinięte, jest obtłuczone. Natomiast to zafoliowane jest całe. To pomoże wysunąć wniosek, że chroniona głowa nie ulega stłuczeniom.

- Przestrzegajmy dzieci przed dotykiem nieznanym i intrygującym przedmiotów, które dla dorosłych są normalne (gaz, elektryczność, woda, zapalniczki, narzędzia, itd.). Omawiajmy zagrożenia płynące z ich strony. **Zamiast zabraniać, udzielmy wyjaśnień** i opowiedzmy dlaczego te przedmioty mogą być niebezpieczne.



- Wyjaśnijmy znaczenie domowych mediów, ich pożyteczną rolę w naszym życiu, a potem uświadommy dzieci, co jest w nich niebezpieczne i jak można zadbać o bezpieczeństwo w kontakcie z nimi.
- Jeżeli chcemy, aby dziecko świadomie podchodziło do swojego bezpieczeństwa, możemy wspólnie z dzieckiem narysować znaki zakazu, a następnie umieścić je na kuchence gazowej i urządzeniach elektrycznych, których dziecku nie wolno ruszać pod nieobecność dorosłych.

Temat bezpieczeństwa jest bardzo obszerny, a wyżej omówione zagadnienia to tylko niewielka jego część. To budujące, że w ciągu ostatnich lat wiele zmieniło się w podejściu do bezpieczeństwa. Jesteśmy coraz bardziej świadomi zagrożeń, coraz sprawniej przekazujemy wiedzę dzieciom. Jednak wraz z rozwojem społeczeństwa, pojawia się wiele nowych niebezpieczeństw, a nawet mądrze przygotowane dziecko nie jest w stanie uniknąć ich wszystkich. Dlatego nie traćmy czujności. Zachowując zdrowy rozsądek, bądźmy na bieżąco z sytuacją w najbliższym otoczeniu dziecka. Pamiętajmy, że nawet, gdy dziecko jest świadome zagrożeń, to nadal my jesteśmy w pełni odpowiedzialni za jego bezpieczeństwo.

Opracowała:

Patrycja Gaszkowska-Grzeszczak, psycholog

Na podstawie:

- Joanna Rybkowska „Program bezpieczny przedszkolak”
- <http://www.przedszkolezielonyswiat.pl/pdf/przedszkolak%20unika%20zagrozen.pdf> (dostęp 01.06.2020)
- obrazki ze strony: <https://pl.dreamstime.com/ilustracji-niebezpieczne-sytuacje> (dostęp 01.06.2020)