

10 formas de manter as crianças mais seguras

Dicas para pais e cuidadores sobre técnicas básicas de segurança pessoal para crianças. Oriente seus filhos ainda novos, da mesma forma que os orienta a atravessar a rua ou a estar seguros na água.

1 manter um tom calmo e tranquilizador

As crianças devem aprender a ter cautela, estar alertas e preparadas, mas não a ter medo. Elas ficam menos apreensivas quando têm as técnicas, a informação e a segurança necessárias para agirem sozinhas.

2 dar permissão de dizer "Não" e de contar

Explique que existem tipos diferentes de segredos, aqueles que são bons e os que precisam ser contados. Oriente as crianças de que se alguém lhes disser que devem guardar segredo sobre um toque, eles devem dizer "não, eu vou contar". Diga que elas têm o direito de dizer "não", mesmo a alguém que as ameace ou que conheçam. (Geralmente as crianças são machucadas por conhecidos, não por estranhos).

3 ajudar as crianças a identificar adultos de confiança

Fale abertamente sobre onde a criança deve ir em caso de emergência. Cite exemplos específicos, como a pessoa do caixa na loja, uma mãe com crianças ou um professor.

4 estabelecer limites corporais

Oriente as crianças a se proteger estabelecendo limites corporais. Explique que as partes íntimas são as partes do corpo cobertas pela roupa de banho. Ninguém deve tocar em suas partes íntimas. Se alguém fizer alguma coisa que as faça sentir incômodas ou confusas, elas podem dizer "não" e depois devem contar a um adulto de confiança.

5 orientar seus filhos sobre o sistema de colequinhas

As crianças devem aprender que é sempre mais seguro estar com amigos ou um adulto de confiança do que sozinhas.

6 orientar seus filhos a conferir com os outros

Oriente seus filhos a sempre conferir com um adulto de confiança antes de mudar de planos ou ir a algum lugar, mesmo se for com um adulto que a criança conhece.

7 orientar seus filhos a usar o telefone

Ensine seu número de telefone e a discar "911" se precisar de ajuda.

8 criar encenações com as crianças

Assim como as crianças não aprendem a andar de bicicleta falando sobre como pedalar, elas não aprendem sobre a segurança pessoal sem praticar. As crianças aprendem fazendo. Elas precisam de dramatizações para entender como se sentirão ao dizer "não" em situações difíceis.

- Brinque de "e se acontecer?" para ajudar as crianças a pensar em respostas a diversas situações. Escolha situações reais, tipo como enfrentar um estranho no caminho da escola, ao separar-se em uma loja cheia de gente ou brincando no quintal da frente. "E se acontecer da babá?..." ou "e se acontecer do ônibus escolar não chegar a tempo?..."
- Pratique com as crianças o que devem dizer e fazer caso se sintam ameaçadas. Por exemplo, as crianças devem aprender a gritar "essa pessoa está tentando me levar. Preciso de ajuda!"
- Oriente as crianças a manter a distância de um braço estendido de qualquer pessoa que se aproxime delas.
- Dramatize com as crianças a ignorar estranhos que pedem informações e a se afastar deles.

keeping kids safe

9 revisar e praticar com frequência

As crianças precisam repetir o que aprenderam sobre segurança pessoal com frequência. A pesquisa indica que estas técnicas devem ser ensinadas de cinco a dez vezes ao ano. Repasse-as no carro e em outros momentos que passem juntos.

10 insistir com que a escola tenha um programa de prevenção de agressão a crianças

Os programas de prevenção nas escolas oferecem oportunidades estruturadas às crianças para praticar as técnicas e passar novas informações aos pais. Certifique-se que a escola de seus filhos tenha um.