[**Top 10 kỹ năng căn bản cần dạy cho trẻ để tự bảo vệ bản thân**](http://nhatvietedu.vn/29-cam-nang/danh-cho-cha-me/1681-top-10-ky-nang-can-ban-can-day-cho-tre-de-tu-bao-ve-ban-than.html)

Để giúp trẻ có kỹ năng tự vệ, cha mẹ cần giúp trẻ hình thành nên những thói quen tích cực, có được nhưng tri thức kiến thức cần thiết để làm chủ hoàn cảnh.



**1. Nói chuyện với người lạ**

Nhận thức được những tình huống với người lạ là điều rất quan trọng liên quan đến sự an toàn của trẻ. Cha mẹ cần phải nói chuyện với trẻ về chủ đề này để giúp con nâng cao hiểu biết và kỹ năng xử lý tình huống, chứ không phải đe dọa chúng. Không để cho người lạ ôm hôn hay chạm vào mình. Cần biết cắt đuôi nếu thấy có dấu hiệu bị theo dõi.

**2. Phải làm gì trong một thảm họa tự nhiên**

Trong khi một số thảm họa tự nhiên cho phép chúng ta có thời gian để chuẩn bị, thì lại có một vài trường hợp khác không may đến mà không được cảnh báo. Vì thế, hãy dạy cho trẻ biết chúng phải làm gì trong trường hợp thiên tai đe dọa môi trường sống của bạn.

**3. Trẻ phải biết làm gì khi bị lạc**

Dạy trẻ phải làm gì trong trường hợp chúng bị lạc có thể giúp chúng an toàn và chắc chắn trở được trở về. Hãy đứng yên tại chỗ, bình tĩnh, không khóc lóc, gọi tên bố mẹ hoặc tên của bé, nhớ số điện thoại của bố mẹ và địa chỉ gia đình, tìm kiếm sự giúp đỡ từ một người khác đáng tin cậy như cô chú công an, bảo vệ… là những gợi ý mà bạn có thể dạy trẻ.

**4. Kỹ năng cơ bản về việc xác định hướng**

Chúng ta không đòi hỏi bé nhìn bản đồ giỏi hoặc có thể xác định hướng theo vị trí của mặt trời, nhưng nhận thức và định vị hướng cơ bản có thể giúp chúng an toàn trong nhiều trường hợp. Hãy giúp con của bạn phát triển kỹ năng này bằng cách cho phép chúng dẫn đường khi ra khỏi trung tâm mua sắm để quay trở lại bãi đỗ xe hoặc xung quanh khu phố khi đi dạo cùng bạn.

**5. Hiểu biết về khu phố của mình**

Con bạn cần phải làm quen với hàng xóm của chúng cũng như các khu phố lân cận trong các trường hợp khẩn cấp.

**6. Địa chỉ và số điện thoại của nhà mình**

Bạn có thể nghĩ rằng con bạn biết địa chỉ của gia đình và số điện thoại của bố mẹ vì đã có những lần chúng ghi nhớ và học thuộc lòng, nhưng nếu bé không thường xuyên đọc và viết số điện thoại và địa chỉ thì bé sẽ rất dễ quên lại. Vì thế bạn nên thường xuyên hỏi lại trẻ để kiểm tra. Điều quan trọng là trẻ cần phải biết địa chỉ nhà và số điện thoại trong trường hợp chúng bị tách ra khỏi bạn.

**7. Những bước sơ cứu cơ bản**

Nói với trẻ về việc sơ cứu cơ bản cho mình, tập trung vào những việc cần làm trong trường hợp bị những vết cắt nhỏ hay xây xát và làm thế nào để biết sự khác biệt giữa các chấn thương nhẹ hoặc và những vết thương nguy hiểm. Kiến thức cơ bản của việc sơ cứu ban đầu sẽ giúp con bạn chăm sóc tốt hơn bản thân và những người khác khi bị chấn thương .

**8. Phải làm gì khi xảy ra hỏa hoạn**

Đây là kỹ năng cần thiết giúp trẻ có thể tự cứu mạng sống của mình khi có hỏa hoạn xảy ra.

**9. Trẻ cần biết nơi sống của bạn bè và họ hàng của gia đình**

Trong các trường hợp khẩn cấp, con bạn cần biết những ai và những nơi nào bé có thể đi đến để nhận được giúp đỡ.

**10. Trẻ cần biết gọi tới số điện thoại nào trong trường hợp khẩn cấp**

Ngoài số điện thoại của bố mẹ, trẻ cũng nên biết một vài số điện thoại khẩn cấp tại Việt Nam là:  
Số 113 : Lực lượng cảnh sát phản ứng nhanh

Số 114 : Số khẩn chữa cháy hay khi cần cứu hộ cứu nạn

Số 115 : Cấp cứu y tế

Bạn nên dạy trẻ cách gọi cho số điện thoại của công an 113 trong trường hợp khẩn cấp qua điện thoại nhà của nhà hoặc điện thoại di động của bố mẹ. Đó là việc trẻ dễ dàng học được vì chắc chắn chúng biết cách chơi game trên điện thoại di động của bạn.

Đối với máy điện thoại cố định - để bàn hoặc dùng điện thoại thẻ, điện thoại di động... trong phạm vi tỉnh, thành phố khi muốn gọi Trung tâm Cảnh sát 113 thì gọi số 113. Tr­ường hợp ngoài phạm vi tỉnh, thành phố hoặc điện thoại di động đang ở vùng giáp ranh, muốn gọi cảnh sát 113 của địa ph­ương nào thì phải bấm thêm số mã vùng của địa ph­ương cần gọi.

- Đối với các máy điện thoại phụ thuộc vào tổng đài của một ngành, cơ quan, khách sạn thì phải gọi theo hư­ớng dẫn của tổng đài nơi đó.