



# 安全

nobody's perfect

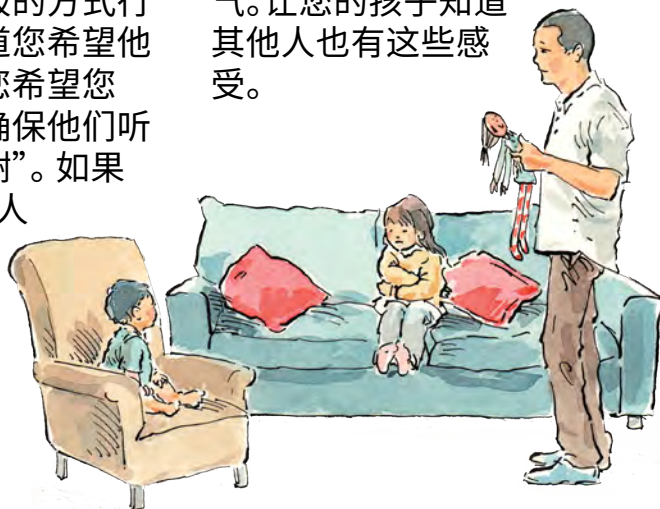
## 霸凌

**帮助阻止霸凌的发生。**霸凌可能在3岁就开始了。它可能从攻击性行为开始,例如辱骂、打人或不让其他孩子和大家一起玩耍。这些行为会随着孩子的成长而恶化。阻止霸凌发生的最好方法就是教会您的孩子如何表达自己的感受,如何尊重和关心他人。

**做一个好榜样。**您的孩子通过观察他人来学习。这意味着他们可以从您的好榜样中学习,也可以从您的坏榜样中学习。如果您以积极的方式行事,您的孩子会知道您希望他们表现积极。如果您希望您的孩子有礼貌,请确保他们听到您说“请”和“谢谢”。如果您希望您的孩子对人友善并与其他人分享,请确保他们看到您帮助他人并与其他人分享。

如果您希望您的孩子诚实,那么请确保他们看到和听到您诚实守信。

**如果您看到您的孩子对另一个孩子有攻击性,**请树立好榜样。不要对您的孩子大喊大叫或打孩子。帮助孩子将他们的感受用语言表达出来。当您尝试了解孩子的感受时,您向他们表明他们的感受很重要。孩子通过谈论感受来了解他人的感受。接受孩子的感受,即使他们不高兴或生气。让您的孩子知道其他人也有这些感受。



与孩子交谈,帮助他们理解解行为如何伤害他人,以及这会给他们带来怎样的感受。

**帮助指导孩子的行为。**您作为父母的言行很重要。当您与孩子交谈和倾听时,您就是在帮助他们学习如何行为处事。当您积极、有礼貌、善良和坚定时,您的孩子就更容易学会如何行为处事。给您的孩子有机会参加社交活动和与他人玩耍。鼓励孩子包容玩伴,而不是排斥他们。

**成为您孩子的安全港湾。**您的孩子需要您的指导和关爱。

**请记住,您的孩子通过您如何对待他人来学习如何对待他人。**

若需 *Nobody's Perfect* (人无完人) 的详细信息,要下载本文档,请在 [Canada.ca](http://Canada.ca) 上搜索“*Nobody's Perfect Tipsheets*”(人无完人小贴士)。



Public Health  
Agency of Canada

Agence de la santé  
publique du Canada

Canada

# 轻松有趣的活动

## 确保孩子玩耍时的安全。

这项活动将帮助孩子们了解“善良”如何帮助一片简单的叶子成长为一棵参天大树。

- 准备好材料,如彩纸、可洗记号笔或蜡笔、剪刀、胶带、许多光秃秃的树枝和高花瓶。
- 在彩纸上画出叶子的形状,然后剪下来。(根据您孩子的年龄,他们可以和您一起做。)
- 在每片叶子上写下善意的行为,开始制作善意树。例如:“我喜欢在我上班前 Kira 拥抱我”或“Liam 在宝宝哭时给了她一个玩具”。

- 询问您的孩子他们经历过的一些善意的行为。您或您的大孩子可以在叶子上写字。小点的孩子可以在叶子上画一幅画。
- 把叶子粘到树枝上。
- 完成树枝后,将其放入花瓶中,供所有人观看。
- 每周通过确认许多善意的例子增添树枝,直到您创作出一棵完整的“善意树”。

活动改编自:

[www.pbs.org/parents/crafts-for-kids/thankful-tree/](http://www.pbs.org/parents/crafts-for-kids/thankful-tree/)



加拿大公共卫生署非常感谢 Dad Central Canada ([www.dadcentral.ca](http://www.dadcentral.ca)) 及其全国网络在为爸爸开发 *Nobody's Perfect* (人无完人) 小贴士方面提供的合作和专业知识。