

苏州大学出版社



# 青少年 自我保护手册

主编 房余龙

# 青少年 自我保护手册

主编 房余龙

苏州大学出版社

# 青少年自我保护手册

Qingshaonian ziwo baohu shouce

主编 房余龙

---

苏州大学出版社出版发行

江苏省新华书店经销

武进市第三印刷厂印装

开本 850×1168 1/32 印张 6.5 字数 160 千

1996 年 4 月第 1 版 1996 年 6 月第 2 次印刷

印数 10001—60000 册

---

ISBN 7-81037-230-0/Z·11 定价:5.20 元

## 出版者的话

在全国中小学安全教育工作会议一周年的前夕,我们向青少年朋友献上这本小册子。它所设计的阅读对象主要是小学高年级学生、初中学生、高中生,也适用于教师、家长。书中列引一些真实案例时,对人名、校名、地名等都作了必要的技术处理。

全国人民代表大会常务委员会副委员长费孝通教授欣然为本书题词。江苏省教育委员会周德藩副主任特为本书写了序言;事实上,我们正是在阅读1995年5月召开全国中小学安全工作会议的消息以及他在这次会议期间发表的谈话时才产生组编这部书稿的动机的;本书的编写出版工作,也始终得到他的关怀、指导和支持。省教委办公室及教学处的邱坤荣处长、鞠勤同志一直关心这项工作并给予全力帮助。我们还得到江苏省新闻出版局、省新华书店负责同志的大力支持。

本书的编写者除房余龙外,还有陈建军、王毓强、卓渭安、朱美华、何洁敏、周晶章等同志。

青少年安全教育既是一项全社会的系统工程,又是一项长期性的战略任务。编写这样的小册子我们还缺乏经验,希望广大读者对本书的编写方法、内容体例等提出宝贵意见,帮助我们把它修订得更加科学、更加完善。

谨对关心、支持此书出版的各级领导、编著者和其他有关人士致以深切的谢意。

苏州大学出版社

一九九五年四月

## 序

近年来,中小學生人身安全问题已成为一个社会热点,越来越受到人们的关注。根据有关方面的统计,全国近 1.3 亿小学生中,每年非正常死亡的比例高达万分之一;因不了解、不遵守交通规则而伤亡的未成年人中约有 5000 名是中小學生;因缺乏防范意识而上当受骗,被不法分子侵害、拐卖的超过 10000 人。由此可见,中小學生的安全工作形势十分严峻。

中共中央、国务院早在 1991 年 2 月 19 日就作出了《关于加强社会治安综合治理的决定》,明确指出:“根本的问题在于加强教育,特别是加强对青少年的教育,这是维护社会治安的战略性措施。”为了全面推动中小學生的安全教育工作,提高青少年的自我保护意识,大力降低各类伤亡事故的发生率,切实做好中小學生的安全保护工作,促进他们的健康成长,国家教委等部门于 1995 年 5 月 13 日在张家港市召开了全国中小学安全工作会议。国家教委副主任柳斌同志在会上提出了“树立安全意识,加强安全教育,健全安全制度,落实安全措施,减少伤亡事故”的要求。国家教委、劳动部、公安部、交通部、铁道部、国家体委、卫生部在 1996 年 3 月联合发出通知,决定建立全国中小學生“安全教育日”制度,并规定每年 3 月份的最后一周的星期一为“安全教育日”。李岚清副总理还在今年 3 月 24 日发表电视讲话,要求各级政府和有关部门必须牢固树立“安全第一”的意识,要以对国家、民族高度负责的精神,重视对少年儿童的保护,把中小学师生的安全工作提到议事日程,将安全工作一抓到底,抓出实效。同时指出,对中小学的安全教育是一项需要社会、学校、家庭密切配合的齐抓共管的社会系统工程,社会各界应该积极参与中小学安全教育工作,积极主动地协助学

校做好每年中小學生“安全教育日”的宣傳教育活動和學校的日常安全保護和防范工作。

蘇州大學出版社為了配合中小學“安全教育日”活動，特地約請以房余龍為主編的公安、教育、交通、保險、衛生等各條戰線具有豐富實踐經驗的業務骨幹編寫了《青少年自我保護手冊》，這是一件十分有意義的工作。這本書對中小學生在日常生活和各種活動環境中的不安全因素作了較為系統的闡述，並向讀者介紹了許多典型案例、防范對策、應急措施，以及如何運用法律、保險等手段進行自我保護的知識，對提高中小學生自我保護能力，提高中小學生安全水平具有積極作用。我相信，此書的出版必將有助於推動中小學生“安全教育日”宣傳教育活動的全面開展。

周德厲

1996. 4. 6

# 目 录

## 在家时的安全防护..... (1)

警惕坏人跟踪(2) 关好锁好家门(3) 有人敲门须警惕  
(5) 不要引“狼”入室(6) 防范上门的骗子(8) 管好  
大门钥匙(10) 夜间睡眠时的安全(12) 在家玩耍防伤  
害(13) 防止宠物伤人(16) 家务劳动防意外(17) 浴  
室洗澡要谨慎(19) 船民小孩的居家安全(20) 停放车  
辆注意安全(20) 对家长的言行要作分析(22)

## 谨防火灾、触电、中毒 ..... (23)

使用煤炉怎样防火(24) 使用炉灶怎样防火(25) 使用  
煤油灯(炉)怎样防火(25) 使用蜡烛怎样防火(26) 炒  
菜怎样防火(27) 用火炉取暖怎样防火(28) 用铜脚炉  
取暖注意防火(28) 燃放烟花爆竹注意防火(29) 使用  
蚊香注意防火(30) 预防气体燃料着火(30) 预防电灯  
电线起火(34) 青少年触电事故的一般原因和对策(35)  
安全使用电视机(36) 安全使用洗衣机(37) 安全使  
用电冰箱(38) 安全使用电风扇(39) 安全使用收录机  
(39) 安全使用电熨斗(40) 安全使用电吹风(41) 安  
全使用电热杯(41) 安全使用电热毯(42) 安全使用空  
调器(43) 安全使用电炉(44) “电子捕鱼”的悲剧(44)  
预防食物中毒(45) 预防药物中毒(47)

## 外出时的安全防护 ..... (49)

保管好自己的物品(50) 存放好自带的现金(51) 乘车  
(机)坐船时的安全防护(53) 警惕车站码头的拉客者  
(54) 投宿旅社注意安全(55) 步行途中防袭击(56)  
谨防骗子诈财(57) 谨防诱骗拐卖(58) 警惕绑架(60)  
游戏不忘安全(60) 在恶劣气候条件下的自我保护  
(61) 购物防奸商(62)

## **交通安全 ..... (63)**

交通标志标线的识别(64) 非机动车的交通规则(65)  
遵守行人交通规则(67) 安全穿越马路铁路(68) 马路  
上玩耍、设摊的危害(69) 无证驾驶机动车的惨剧(71)  
骑车的安全(72) 步行的安全(73) 交通事故的一般  
规律和特点(75) 附:道路交通标志标线(78)

## **游乐安全 ..... (94)**

细心走路防失足(95) 攀高钻洞须小心(97) 惊险项目  
要量力(99) 水中游乐防意外(102) 动物园里防伤害  
(104) 游山玩水防歹徒(105) 礼貌待人息纠纷(107)  
旅游保健须切记(107)

## **在校时的安全防护..... (112)**

实验、操作课上的安全防护(113) 体育课与体育锻炼活  
动中的安全防护(114) 课外活动中的安全防护(115)  
集体活动中的安全防护(116) 劳动、实习中的安全防护  
(118) 饮食的安全(119) 学校宿舍的安全(120) 防  
止同学间的矛盾激化(121) 学校的安全责任(123)

## **人际交往中的安全问题..... (125)**

“洁身自好”防诡计(126) 谨防五花八门的骗术(128)  
迷信活动害人不浅(132) 结交朋友须慎重(134) 开玩笑要讲文明(135) 不轻易到别人家里去(137) 青少年不要早恋(138)

## **依法自我保护..... (140)**

少年儿童享有接受义务教育权(141) 青少年享有知识产权和荣誉权(142) 青少年享有肖像权(143) 青少年享有受奖权(143) 青少年享有安全健康权(144) 不许招收未成年人当童工(146) 青少年的人格尊严不受侵犯(147) 青少年不应吸烟(147) 不看有害的录像及书刊(148) 不进舞厅游戏房(149) 不得扰乱公共秩序(150) 不妨害公共安全(151) 不侵犯他人的人身权利(153) 不侵犯公私财物(154) 不妨害社会管理秩序(154) 关于依法正当防卫(156)

## **人身保险..... (158)**

什么是人身保险(159) 学生团体平安保险(160) 子女教育金婚嫁金保险(161) 住院医疗保险(162) 居安思危早投保(164) 多保少保不一样(164) 出险不报案, 等于不保险(165) 保护自己也保护他人(166) 保险后更应讲安全(166)

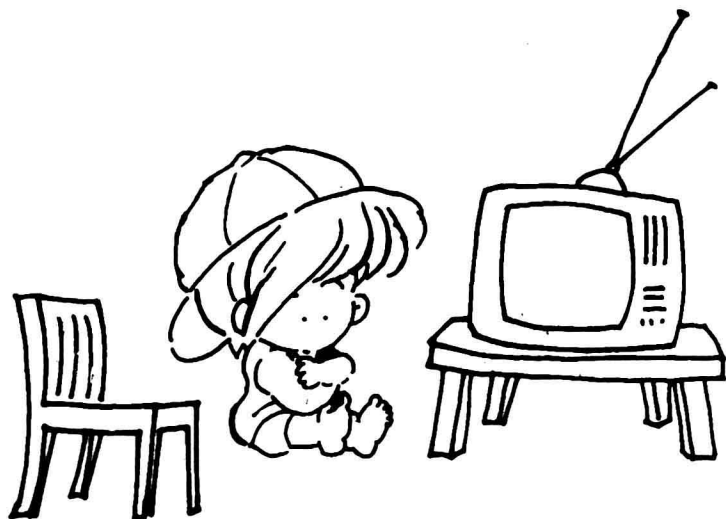
## **急救、自救常识 ..... (168)**

准确及时报警(169) 煤气中毒的急救(171) 食物中毒的急救(172) 中暑的急救(173) 电击伤的急救(174) 溺水的急救(176) 毒蛇咬伤的急救(176) 烧伤的急救(177) 冻伤的急救(179) 刀伤的急救(179) 犬咬伤

的急救(181) 关节扭伤的急救(182) 牛角顶伤的急救  
(183) 异物入眼的急救(183) 鱼刺鲠喉的急救(184)  
体温表断在嘴里时的急救(184) 撞伤后的急救(185)  
人工呼吸急救法(186) 胸外心脏按摩急救法(187) 家  
中失火时的急救(188) 地震的逃生急救(189) 歹徒强  
行入门时的自救(190) 路遇歹徒时的紧急自救(191)

**附:测试题及答卷** ..... (193)

# 在家时的安全防护



青少年学生在家时的安全,是家庭安全的一个重要内容。家庭安全又是整个社会安全的最重要的组成部分,因为家庭是社会的细胞,是人们最基本的生活场所。一个人的一生,大多数时间都是在家庭中度过的,如果家庭安全有了保障,那么,人们一生中多数时间的安全就有了保障。换句话说,倘若家庭安全得不到保障,将意味着人们多数时间都处在不安全状态中,那情景是多么可怕啊!家庭安全不仅仅指人身安全,而且还包括财产安全。

青少年学生在家时是否安全,关系到身心健康和财产保护两大方面,无论是青少年学生本人还是家长,都必须引起高度重视。

怎样才能保障青少年学生在家时的安全呢?一方面,家长们应该对此负起责任,言传身教,对子女进行必要的安全知识教育,增强他们的防范意识;同时,要为子女提供最基本的居住安全条件,避免和减少不安全的隐患。另一方面,青少年学生本人在家的時候,更应处处注意,不忘安全第一。首先,让我们来谈谈青少年学生在家时的人身财产安全问题。

## 警惕坏人跟踪

12岁的小琴是农民的女儿。她身材苗条,肤色红润,瓜子脸上有着一双水灵灵的大眼睛,人见人爱。而且,她的学习成绩优异,在年级中一直冒尖,老师和同学们一提起她就感到骄傲。不幸的是,盛夏的一天中午,小琴在家中遭到了流氓的强暴。

当公安人员向她了解受害经过时,她痛苦地说:“12点钟不到,我放学回家,刚打开门,突然背后有个人抱住我的腰,一只手捂住我的嘴,使劲把我推进房间里……”侦察员问:“回家的路上你看见过这个男人吗?”“出校门的时候,我好像看见过他。后来不见了。半路上,后面有个同学喊我,我回头时好像也看到他。不过,他离我很远……那个同学奔上来跟我讲完话,大家就分手回家了,我再也

没有注意……”

“小琴，这家伙肯定是跟在你后面溜进你家里的。今后，你回家时要注意，防止路上坏人盯梢。特别是快到家的时候，要看一看，有没有陌生人在你的身后。如果有，你可以先到屋里有人家的邻居家去，告诉他们可疑的情况，跟邻居一起出来抓住他，送到村里或者我们派出所来。如果邻居家没有人，你也可以把他引到人多的地方去，想办法抓住他。如果他跑了，你就记住他的面貌特征，向我们报告……”

没过几天，这个胆大妄为的流氓就被公安机关抓获归案了。他交代的作案手法，与侦察员们分析的一模一样。

犯罪分子是诡计多端、狡猾奸诈的。听了这个案例之后，千万不要以为，这种坏人盯的只是女学生。要知道，那些为了钱财而作案的罪犯，也有用盯梢法跟进男生家里行凶抢劫财物的，有时后果更加严重，大家千万不要麻痹大意！

还有一种情形：有的歹徒对于学生家中的情况不清楚，当他跟踪到家里，一旦发现有家长在，往往以问路或者找人走错了门为借口，脱身逃走。假如发生这种情形，一定不要让他溜掉，要报告公安机关，对这种人进行审查。若是让歹徒跑掉了，他还会在外继续寻找机会作案，也可能下一次再跟到你家来为非作歹。

## 关好锁好家门

青少年学生单独在家时，一定要关好锁好大门。木门外边装有防盗安全门的，木门可以不关，但防盗安全门一定要关紧锁好。否则，无孔不入的犯罪分子便会乘虚而入，偷窃财物，甚至行凶伤人。

有一天傍晚，赵某心急火燎地奔进派出所，语无伦次地对值班民警说：“完了，完了，屋里出事了，活不下去了！……”民警让他慢慢地讲，才听明白，赵家这天下午门窗都关得严严实实的，可却失

窃现金 2000 多元,金首饰 3 件,总价值 6000 多元。派出所的同志上门去查看,赵家的门没有坏,窗也没有破,找不到犯罪分子进出赵家的路线,不禁感到奇怪。

三天后,这名盗窃犯在别处作案时被抓获,方才查明赵家失窃的经过:原来那天中午,赵某的女儿放学回家没有关门,就在地卫卫生间的时候,案犯潜入赵家,藏在赵某的床底下,待到赵的女儿下午上学后,他不慌不忙地翻箱倒柜偷窃财物,接着打开大门逃之夭夭。

青少年学生独自在家不关门的原因很多:或者是夏天怕热,或者是为了通风透气;也有怕麻烦,图省事的,譬如到隔壁邻居家去玩一会儿,或者到旁边小店里去买点东西,马上就要回家,觉得刚锁好大门马上又要开,怪不方便的。从思想上分析,这些都是缺乏安全意识、麻痹大意的表现。你认为大白天,左右都有邻居,门关不关无所谓;或者认为坏人胆子没有这样大。可是事实往往不像你所想象的那样简单,光天化日之下,大庭广众之中,有些歹徒都敢抢劫作案,何况顺顺利利地进入无人之家呢?你不关门,自己进出固然方便,但是歹徒进出岂不也同样方便了?我们手头有个案例,很能说明这一点。

高中学生张某,身材魁梧,从来没有人敢跟他动武,他也常常以此自豪。或许自以为“艺高人胆大”吧,张某即使一个人在家也从不闭门,长期这样也确实没发生什么事。

这一天中午,他放学回家,和往常一样,书包朝沙发上一扔,就走进厨房去烧饭……突然,他的头上挨了重重一击,昏昏沉沉地倒了下去。等张某渐渐苏醒过来,摇摇晃晃走进房间去打电话时,发现室内狼藉一片。父母闻讯,赶回家中一看,真是如雷击顶:儿子头上皮开肉绽,被劫财物总价值达 5 万余元!

凶犯不久也落入了法网,据交代,他先后作案三次,都是中午利用小孩放学回家不关门的机会下手的。张某所在学校的老师后来编了一则顺口溜告诫学生:“大门不关危害大,坏人进来真可怕,

伤身破财悔不及，要怨自己马大哈。”

## 有人敲门须警惕

单身在家的青少年学生，假如碰到有人来敲门怎么办？千万不能马上去开门。应该首先问清楚、看明白对方是谁，来干什么的，然后决定开门不开门。如果对方是陌生人，那么，不管他来干什么，都不要开门。即使来说尽好话，也不要轻易相信，以防别有用心者上门作恶。我们从小就听熟的“狼外婆”等故事，讲的就是这个道理。现在社会上有些犯罪分子就是像狼一样狡猾，他们或者假装上门收购旧货、推销商品、乞食讨饭、募捐化缘、抄电表水表，或者声称来收电话费、煤气费、有线电视费、广播费等等，骗开你的门后，便凶相毕露，胡作非为。所以，我们切不可上当受骗！当然，门不可开，但讲话必须文明礼貌，不要口出污言秽语，也不要流露出怀疑对方是坏人的意思，以免伤害好人。如果陌生人是打听某件事、某个人的，也要注意辨别对方意图，如果对方确实有事，自己又确实能给予帮助，可以隔着门回答人家。如果来人一再表明自己是上门例行公务（如抄电表、收水费等等），你可告诉对方，什么时间父母在家，请他到时候上门来办。总之，单身在家时，对于陌生的敲门人不要开门。

假如父母的熟人有事来访，只有在一种情况下可以开门：你对他十分了解，而且你父母马上就要回来。否则，也不宜让对方进门，因为来人的底细你不清楚；他与你父母之间到底是什么关系？有没有经济纠纷或者个人恩怨？在不晓得这一切的情况下，倘若随便开门，就可能发生不测事件。不信，请看事实：

这是一座闻名全国的江南城市，个体经济比较繁荣，少数人确实先富了起来，王某就算得上一个“大款”。他的资产将近百万。为了办好自己的工厂，夫妻双双全身心地扑在事业上，常常把上小学

的宝贝儿子独自甩在家里。

王某的私营企业能够兴旺发达，有劳改释放人员李某的一份功劳。然而，天长日久，因为经济报酬问题，李某对老板有了意见，矛盾越积越深。所有这些，王某的儿子小小年纪，当然浑然不知，只晓得有个常来找爸爸的“李叔叔”。这天下午，他又独自在家，忽听有人敲门，从“猫眼”里一看，见到来人是“李叔叔”，就毫无顾忌地把门开开了。不料这个刚才还笑咪咪的“叔叔”，一瞬间变成了凶神恶煞，一桩报复杀人的恶性案件就这样发生了……

当然，你在拒绝自己觉得不完全可靠的父母的熟人进门时，更要礼貌客气，要多用“很抱歉”、“对不起”等文明语言，并且可以说：“等爸爸妈妈回来，我一定叫他们去看你。”这样，对方就不至于因为感到被冷淡而生气。

如果来人是你自己的朋友、同学，确实找你有事或玩耍，而且平常相互之间没有矛盾，处得较好，那当然应该开门请进。倘若不是这样的情况，譬如过去从不往来，上门又说不出有什么事情，甚至对方的思想品德不大好，或者你们以前有过纠纷，那么也以不开门为好。但也要讲究方式方法和态度，免伤和气。你可以借口“父母马上要回来，见了外人要生气的”，或者“我正准备到亲戚家去，恕不接待”，或者“我正在做作业，没空玩”等等理由，委婉“送客”。青少年学生单独在家时受到自己的同学或者朋友伤害的案件屡见不鲜，我们必须从中吸取教训。特别是女学生和家境富裕的学生，更要警惕。

## 不要引“狼”入室

青少年学生带人进入自己的家中，一般总是自觉自愿地叫熟人到家里去玩耍或者做什么事情。这种情况，弄得不好也会出事，而且是有现实教训的。

小陈和小马是同班同学，彼此比较投机。这天是星期三，下午只有一节课，放学较早，小陈便带小马到自己家玩。当天晚上，小陈母亲发觉五斗橱上的一只进口手表不翼而飞，便问儿子谁来过家里。小陈如实相告，他母亲心中便有了数，连夜找到小马，追回了手表。不久，派出所获悉此事，引起了注意。民警针对小马另几个同学家中过去失窃的案件进行补充调查，发现案发前小马都曾经到过他们家中，于是，小马被找到派出所去谈话。结果查明，小马利用同学叫他去家中玩的机会，顺手牵羊行窃5次，偷得现金、手表、游戏机、收音机等财物价值1500多元。

青少年学生带人回家的另一种情况是：同学或者校外朋友主动提出到你家去，这比你自已主动带人回家更要谨慎对待，因为对方要到你家去的真实动机和目的，不一定跟他嘴上讲的一样，也就是说，要提防有的人可能“口是心非”。

我们介绍上述情况，决不是提倡同学之间无端猜疑，而是提醒大家在“带人回家”这件事上要有安全观念，对自己周围染有恶习的人，要有所警惕。

学生带人进入家中的第三种情况，是陌生人以某种“理由”让你带他到家里去。在家里无人的时候，这样做是非常危险的，陌生人可能就是别有用心之徒，他那种“理由”完全是为了进入你家作案而编造的借口。青少年学生碰到这种陌生人，必须明辨是非，防止上当受骗。报纸上登载过这样一个案例：

张某家住上海近郊的一个城镇，那里治安秩序良好。然而，青天白日之下，张某的独生子却在家里遇害，财物也被抢劫一空。这一案件，就像重磅炸弹的爆炸，在群众中引起极大震动。

原来这天下午4时左右，张某的儿子身背书包，一蹦一跳地放学回家。当他登上四楼的时候，看到一个陌生的年轻人。

“小朋友，帮帮忙，讨口水喝喝。”年轻人和颜悦色地说。曾经看过雷锋叔叔的故事，经常受到助人为乐教育的孩子不假思索，满口