



安全预防与平安生活

网络生活 预防知识读本

■ 刘干才 主编



新疆人民出版社
伊犁人民出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

网络生活预防知识读本 / 刘干才主编. -- 奎屯 :
伊犁人民出版社, 2015.9

(安全预防与平安生活)

ISBN 978-7-5425-1477-6

I. ①网… II. ①刘… III. ①计算机网络—安全技术
—基本知识 IV. ①TP393.08

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第200600号

责任编辑: 何福生

封面设计: 大华文苑

安全预防与平安生活

网络生活预防知识读本

刘干才 主编

出版发行



新疆人民出版社

伊犁人民出版社

(新疆奎屯市北京西路28号 833200)

经 销 新华书店
印 刷 唐山新苑印务有限公司
版 次 2015年9月第1次印刷
印 次 2015年9月第1次印刷
开 本 690mm × 960mm 1/16
印 张 9
字 数 100千字
定 价 29.80元

前 言

党的十八大报告提出了到 2020 年全面建成小康社会的宏伟目标。其核心是“全面”，即追求多领域协同发展、不分地域、不让一个人掉队、不断发展的全面小康；其内容是“五位一体”，即建成经济、政治、文化、社会、生态文明的全面小康，是不可分割的有机整体。

小康生活，是广大人民群众梦寐以求的幸福生活；而小康社会，则是我党艰苦奋斗、孜孜追求、一心想为人民群众创造的一种幸福社会。经过全党和全国人民的共同努力，经过三十多年的改革开放，我国人民生活总体上达到了小康水平，我国进入了全面建成小康社会，并加快推进现代化建设的新阶段。党中央提出的全面建成小康社会的奋斗目标、基本任务和总体要求，为全国人民描画了今后的幸福生活，这是全党的共同任务，也是广大人民群众义不容辞的责任。为此，特推出“共享小康生活”系列读物，旨在广大人民群众提高自身素质，共建小康社会，共享小康生活。

要建成小康社会，享受小康生活，首先要过上平安健康的生活。常常可以看到，有些人和家庭因为安全或健康出了问题，导致整个人生和家庭都不幸，因残疾而穷困，因病痛而潦倒，同时也给社会增加了很大负担。还有些人涉黄、涉赌、涉毒、涉黑等，有些人被骗、被盜、被暴力侵害、被传销坑害、被邪教毒害等，从此陷入人生和家庭的不幸。这些都与建成小康社会背道而驰。小康生活就是要把“平安是福，健康是金”的理念转化为现实。“共享小康生活”之“安全预防与平安生活”读本，主要介绍交通出行、用电用火、网络生活、运动锻炼、食品卫生、疾病预防、劳动防护、黄赌毒黑、社会治安及自然灾害等方面的预防知识，悉心告诫，关怀备至，是教导广大人民群众安全每一天、幸福每一刻的最好读本。

要建成小康社会，享受小康生活，就要创造社会新风尚，过上有文化有品位的幸福生活。常常可以看到，有些人吃饱了、穿暖了、有钱了，但仍然过着封建的、落后的、愚昧的、腐败的、丑陋的生活，这不是真正的幸福生活，不是小康生活的内容。小康生活包括文化内

涵的建设，要体现出民风淳朴、文化品位的时代新风貌。“共享小康生活”之“社会新风与文化生活”读本，主要介绍对联与文书写作、谜语与猜谜游戏、岁时与节气知识、民间剪纸与年画、春节与除夕庆祝、元宵节与灯会、清明节与祭祀、端午节与龙舟、中秋节与赏月以及现代婚丧喜庆等文化知识，民风习俗、节日庆祝，与广大人民群众息息相关，是发扬传统、建设时代文化的普及读本。

要建成小康社会，享受小康生活，就要培养健康的兴趣爱好，享受高雅的休闲娱乐生活。常常可以看到，本来应该高雅享受的休闲娱乐，却被有些人搞得庸俗不堪和声色喧嚣，有人有钱就任性，有人得势就放纵，这最终都是腐败堕落的滑梯。这些与小康生活是格格不入的。小康生活包括自身素质的提高和兴趣爱好的培养。“共享小康生活”之“休闲娱乐与健康生活”读本，主要介绍歌咏、器乐、美术、书法、舞蹈、口才、曲艺、戏剧、表演、游艺等知识，是指导广大人民群众培养休闲娱乐爱好的最佳读本。

要建成小康社会，享受小康生活，就要养成文明的道德行为，不断丰富自己的精神世界。常常可以看到旅游行程中诸如随地吐痰、乱写乱画等不文明的行为举止，不仅国内有，而且还有丢丑到国外的。这些根本不是小康生活的具体表现。小康生活包括行为文明建设和精神文明建设。“共享小康生活”之“文明行动与精神生活”读本，主要介绍阅读、科普、健身、娱乐、游戏、旅行、环保、收藏、棋艺、牌艺等内容，是帮助广大人民群众增强文明行为、提高精神生活的最优读本。

总之，推出本套“共享小康生活”系列读物的目的，是使广大人民群众人人都投身建设小康生活，成为小康社会的建设者，也让广大人民群众人人都能很好地享受小康生活，成为小康生活的享受者，实现 2020 年全面建成小康社会的宏伟目标。

本套系列读物图文并茂、通俗易懂，非常适合广大读者和有关单位机构用以指导现代家庭、社区以及新农村建设。同时，亦适合各级图书馆收藏和陈列。

编 者
2015 年 7 月

目 录

第一章 网络安全认识

上网的安全思考	(2)
上网的正面影响	(3)
上网的负面影响	(5)
上网的安全认识	(8)
上网的安全防范	(11)
上网的安全教育	(13)
网络交往的特点	(16)
网络十条安全规则	(20)
Internet 的使用规范	(22)
网络黑客的防范	(24)

第二章 文明上网常识

网络基本常识入门	(28)
使用互联网的特征	(33)
使用互联网的标准	(35)
文明上网公约	(37)
上网要防“四害”	(39)
计算机病毒的认识	(42)

第三章 避免网络陷阱

避免网络长话诈骗	(48)
避免网络聊天诈骗	(50)
避免网络短信诈骗	(52)
避免网络交友诈骗	(55)

避免网络广告诈骗	(59)
避免网络购物诈骗	(62)
避免网络大奖赛诈骗	(64)
避免网络黑客诈骗	(66)
避免网络不良信息	(69)
增强网络安全保护意识	(72)
个人隐私权的认识和保护	(74)
第四章 避免网络犯罪	
网络引发犯罪的几个方面	(82)
互联网对网民心理形成的影响	(84)
导致网民沉迷网络的原因	(88)
网瘾对人的危害	(90)
网络成瘾的本质特征	(93)
网络成瘾综合症防治措施	(94)
网瘾如何戒除	(98)
第五章 预防电脑危害	
预防电脑游戏导致的疾病	(102)
预防网络的怪异“症状”	(104)
预防网络鼠标综合症	(106)
预防网络成瘾综合症	(109)
预防网络病毒及安全	(112)
预防网络色情的毒害	(115)
预防网络犯罪	(122)
第六章 上网注意问题	
使用电脑要注意	(128)
网页浏览要注意	(131)
系统保护要注意	(134)
电脑程序要注意	(137)

第一章

网络安全认识



上网的安全思考

关于网络，我们每个人应该都不陌生。随着科技的日新月异，资讯的发展，使网络越来越成为我们每个人都要接触到的新的学习和交流工具，所以关于这一章节的大多数问题都具有相当强的互动性，我们每个人都有自己的心得，我们可以互相交流，使计算机和互联网真正成为对我们生活和学习有益的工具。

首先我们先从网络对于我们自身生活和学习的利与弊谈起。

事实上，网络的信息化特征催生公民的现代观念的更新，如学习观念、效率观念、全球意识等。它使公民不断接触新事物、新技术，接受新观念的挑战。

除了黄色和暴力网站可能对部分人造成伤害外，网络带给我们正面的东西远比负面的要多。并且，网络是不可回避的东西，无论你喜不喜欢，它都要注定成为我们生活不可或缺的东西。

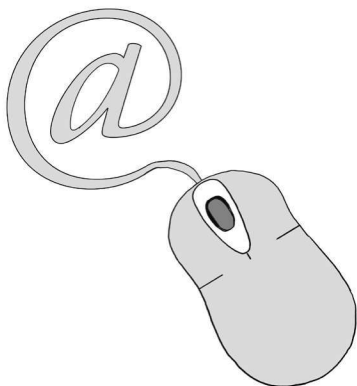


上网的正面影响

一、开阔视野

因特网是一个信息极其丰富的百科全书式的世界，信息量大，信息交流速度快，自由度强，实现了全球信息共享。

我们在网上可以随意获得自己的需求，在网上浏览世界，认识世界，了解世界最新的新闻信息、科技动态，极大地开阔了人们的视野，给学习、生活带来了巨大的便利和乐趣。



二、加强对外交流

网络创造了一个虚拟的新世界，在这个新世界里，每一名成员可以超越时空的制约，十分方便地与相识或不相识的人进行联系和交流，讨论共同感兴趣的话题。由于网络交流的“虚拟”性，避免了人们直面交流时的摩擦与伤害，从而为人们情感需求的满足和信息获取提供了崭新的交流场所。

上网可以进一步扩展对外交流的时空领域，实现交流、交友的自由化。同时现代人以独生子女为多，在家中比较孤独，从心理上说是最渴望能与人交往的。现实生活中的交往可能会给他们，特别是内向性格的人带来压力，网络给了他们一个新

的交往空间和相对宽松、平等的环境。

三、促进个性化发展

世界是丰富多彩的，人的发展也应该是丰富多彩的，因特网就提供了这个无限多样的发展机会的环境。大家可以在网上找到自己的发展方向，也可以得到发展的资源和动力。

利用因特网就可以学习、研究乃至创新，这样的学习是最有效率的学习。网上可供学习的知识浩如烟海，这给大家进行大跨度的联想和想象提供了十分广阔的领域，为创造性思维不断地输送养料，一些电脑游戏在一定程度上能强化人们的逻辑思维能力。



四、拓展受教育的空间

有很多人因为上网而开阔了视野，学到了新的东西，这也是人们上网值得骄傲的一点。因特网上的资源可以帮助大家找到合适的学习材料，甚至是合适的学校和教师，这一点已经开始成为现实，如一些著名的网校，提供了求知学习的新渠道。

目前我国教育资源不能满足需求的情况下，网络提供了求知学习的广阔校园，学习者在任何时间、任何地点都能接受高等教育，学到在校大学生学习的所有课程、修满学分、获得学位。

这对于处在应试教育体制下的公民来说无疑是一种最好的解脱，它不但有利于其身心的健康发展，而且有利于家庭乃至于社会的稳定。

上网的负面影响

一、对于“三观”形成潜在威胁

人们上网，很容易在网络上接触到西方的宣传论调、文化思想等，思想处于极度矛盾、混乱中，其人生观、价值观极易发生倾斜，从而滋生全盘西化、享乐主义、拜金主义、崇洋媚外等不良思潮。

由于信息传播的任意性，形形色色的思潮、观念也充斥其间，对于自我监控能力不强、极富好奇心的人具有极大的诱惑力，导致丧失道德规范。同时互联网上信息接收和传播的隐蔽性，使人们在网络上极易放纵自己的行为，完全按照自己的意愿来做自己想做的事，忘却了社会责任。

部分人并不认为“网上聊天时说谎是不道德的”，认为“在网上做什么都可以毫无顾忌”等，使得有人对自我行为的约束力大大减弱，网上不良行为逐渐增多。

与此同时，由于缺乏规范合理的监管，很多原本规范的语言开始被随意篡改。虽然，颠覆传统并不一定意味着不是进步，但是很多科学的合理的传统依然是社会有序发展的内在规范。

有很多网络语言是被大多数公民认同的：比如妹妹叫 mm，哥哥叫 gg，老婆叫 lp，还有其他形形色色的无聊的甚至是毫无意义的词语：沙发、灌水、掐架、斑竹等等，一旦随意使用，势必造成规范的混乱，那就是有害而无益了。

二、对人际关系的影响

网络改变了人们在学习和生活中的人际关系及生活方式。上网使人容易形成一种以自我为中心的生存方式，集体意识淡薄，个人自由主义思潮泛滥。

三、信息垃圾弱化思想道德意识

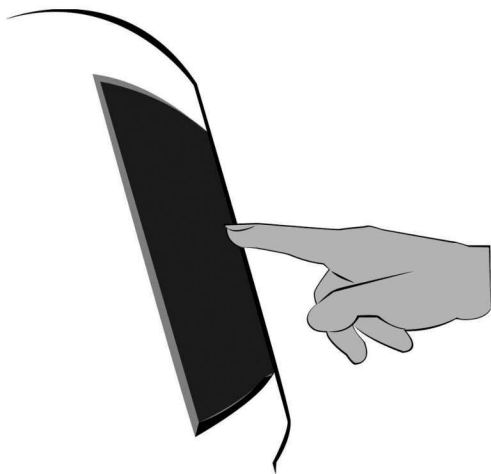
有关专家调查，有一些非法组织或个人在网上发布扰乱政治经济的黑色信息，蛊惑人们。这种信息垃圾将弱化人们思想道德意识，污染青少年心灵，误导青少年行为。

这些不良信息对于身体、心理都正处于发育期，是非辨别能力、自我控制能力和选择能力都比较弱的青少年来说，难以抵挡不良信息的负面影响。

个别网吧经营者更是抓住公民这一特点，包庇、纵容、支持他们登陆色情、暴力网站，使他们沉迷于网上不能自拔。一些人也因此入不敷出，直至走上偷盗、抢劫、强奸、杀人的犯罪道路。

四、网络的隐蔽性，导致违法犯罪行为增多

一方面，少数人浏览黄色和非法网站，利用虚假身份进行恶意交友、聊天。另一方面网络犯罪增多，例如传播病毒、黑客入侵、通过银行和信用卡盗窃、诈骗等。



这些犯罪主体以青少年为主，大多数动机单纯，有的甚至是为了“好玩”“过瘾”和“显示才华”。另外，有关网络的

法律制度不健全也给违法犯罪者以可乘之机。

五、不利于家庭的稳定，从而影响到社会的稳定

部分人为了逃避现实的冲突和现实的压力而隐匿在网络中。然而，这种冲突并不是逃避所能解决，当其达到一定的程度还是会爆发，这种冲突的爆发，会导致家庭的不稳定，并且导致原本就存在的问题更加剧烈，而家庭的不稳定进而影响到了社会的稳定。

如震惊全国的北京网吧纵火案的嫌疑犯就是两位未成年青年，长期的生活压力以及得不到家庭的关怀，从而产生了强烈的报复心理，走上了杀人犯罪的道路。

上网的安全认识

一、网络自身的两面性

网络具有新颖性、互动性、开放性、平等性、虚拟性、超时空性、信息传播的高速性、无限性和复杂性等特征。这些特点既可成为优点，又可成为缺点。如网络的新颖性深深地吸引着人们，甚至使人沉迷其中；网络的开放性、互动性有利于民主的发挥，但也容易带来无序、混乱、危机；网络的虚拟性导致了网络犯罪感的虚无化，进而使网络犯罪增加迅速；网络的超时空性使用户有更多的自主性，也使网络犯罪手段更隐蔽，更难以控制。

网络是有史以来最大的信息库，丰富的网络信息开阔了青少年的眼界，但伴随着信息爆炸、信息污染，各种冗余信息影响了有用信息的清晰度和效用性，网上黄毒是诱发犯罪的重要因素。

二、生理心理特性

有些人好奇心极强而自制力较弱，往往会在网络上通过各种途径观看现实中很难看到的暴力、色情信息等来满足他们好奇心及对刺激的渴望，也会沉迷于惊险、刺激的网络游戏中流连忘返。

由于有些人认识水平的限制，看问题常常带有明显的表面性和片面性，在缺乏正确引导的情况下，容易受到网络的不良

影响。

有些人对异性充满了好奇与兴趣，有了网络，他们可以在网上聊天、恋爱，但由于他们缺乏理智和冷静，往往难以控制住自己的激情，以至影响正常的学习、工作和生活，由于被网上恋人拒绝而走向自杀、杀人的也大有人在。



网络安全观念和自我保护意识不强，对网上鱼目混珠的复杂状况及危险性认识不足，也容易使人上当受骗。

三、社会的复杂性

当今世界，有许多敌对势力企望通过网络来颠覆我们的国家，他们在网上散布颠倒是非、混淆黑白的信息，对人们产生潜移默化的影响，以达到“西化”“分化”我们的战略目标，妄图实现“不战而胜”的政治图谋。

有些人对许多观点缺乏辨别能力，整日接触这些信息会出现“西化”的倾向。

黑社会组织通过网络，大肆渲染暴力、恐怖。有些人喜欢模仿，网络暴力信息极易诱发他们使用暴力的冲动而走向犯罪。

一些邪教组织也通过网络宣扬邪教理念，如散布“法轮功”，致使许多人执迷不悟，危害社会。

四、网络控制手段不健全

网络发展带来的社会问题，已引起了世界各国的广泛关注。但由于网络本身所具有的虚拟性、全球性、瞬时性、异地性等特点，对网络社会问题还没有有效的手段加以控制。

在我国，现实社会中常用且有效的道德、法制、管理等手段，在网络社会中也都没有发挥应有的作用。

网络所产生的许多问题，使传统的法律制度显得无能为力。随着网络的发展，针对出现的问题，我国制定了一些法规，但从总体上讲，网络立法还相对滞后，人们的网络法制观念也还很薄弱。

