

生命教育丛书
JIAOYU CONGSHU

人最宝贵的是生命，生命只有一次。

防灾减灾与 危机处理

生命是灿烂的，是美丽的；生命也是脆弱的，是短暂的。让我们懂得生命，珍爱生命，让我们在生命中的每一天，都更加充实，更加精彩！



本书编写组◎编

孟微微 王晖龙 代 莹 邓家军◎编著



中国出版集团
世界图书出版公司

生命教育丛书 JIAOYU CONGSHU

人最宝贵的是生命，生命只有一次。

防灾减灾与 危机处理

生命是灿烂的，是美丽的；生命也是脆弱的，是短暂的。让我们懂得生命，珍爱生命，让我们在生命中的每一天，都更加充实，更加精彩！



本书编写组◎编

孟微微 王晖龙 代 滢 邓家军◎编著



世界图书出版公司
广州·上海·西安·北京

图书在版编目 (CIP) 数据

防灾避难与危机处理 / 《防灾避难与危机处理》编写组编著. —广州: 广东世界图书出版公司, 2009. 12
ISBN 978 - 7 - 5100 - 1642 - 4

I. ①防… II. ①防… III. ①灾害防治 - 青少年读物
IV. ①X4 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 237641 号

防灾避难与危机处理

责任编辑: 程 静

责任技编: 刘上锦 余坤泽

出版发行: 广东世界图书出版公司

(广州市新港西路大江冲 25 号 邮编: 510300)

电 话: (020) 84451969 84453623

http: //www. gdst. com. cn

E - mail: pub@gdst. com. cn, edksy@sina. com

经 销: 各地新华书店

印 刷: 北京燕旭开拓印务有限公司

(北京市昌平马池口镇 邮编: 102200)

版 次: 2010 年 3 月第 1 版第 1 次印刷

开 本: 787mm × 1092mm 1/16

印 张: 13

书 号: ISBN 978 - 7 - 5100 - 1642 - 4/G · 0584

定 价: 25.80 元

若因印装质量问题影响阅读, 请与承印厂联系退换。

光辉书房新知文库

“生命教育”丛书编委会

主 编：

梁晓声 著名作家,北京语言大学教授
王利群 解放军装甲兵工程学院心理学教授

编 委：

康海龙 解放军总政部队教育局干部
李德周 解放军西安政治学院哲学教授
张 明 公安部全国公安文联会刊主编
过剑寿 北京市教育考试院
张彦杰 北京市教育考试院
张 娜 北京大学医学博士 北京同仁医院主任医师
付 平 四川大学华西医院肾脏内科主任、教授
龚玉萍 四川大学华西医学院教授
刘 钢 四川大学华西医学院教授
张未平 国防大学副教授
杨树山 中国教师研修网执行总编
张理义 解放军 102 医院副院长
王普杰 解放军 520 医院院长 主任医师
卢旨明 心理学教授、中国性学会性教育与性社会学专业委员

执行编委：

孟微微 于 始

“光辉书房新知文库”

总策划/总主编:石 恢

副总主编:王利群 方 圆

本书作者

孟微微 王晖龙 代 滢 邓家军

序：让生命更加精彩

在中国进入经济高速发展，物质财富日渐丰富的同时，新一代年轻人逐渐走向社会，他们中的许多人在升学、就业、情感、人际关系等方面遭遇的困惑，正在成为这个时代的普遍性问题。

有媒体报道，近 30% 的中学生在走进校门的那一刻，感到心情郁闷、紧张、厌烦、焦虑，甚至恐惧。卫生部在“世界预防自杀日”公布的一项调查数据显示，自杀在中国人死亡原因中居第 5 位，15 ~ 35 岁年龄段的青壮年中，自杀列死因首位。由于学校对生命教育的长期缺失，家庭对死亡教育的回避，以及社会上一些流行观念的误导，使年轻一代孩子们生命意识相对淡薄。尽快让孩子们在人格上获得健全发展，养成尊重生命、爱护生命、敬畏生命的意识，已成为全社会急需解决的事情。

生命教育，顾名思义就是有关生命的教育，其目的是通过对中小学生进行生命的孕育、生命的发展等知识的教授，让他们对生命有一定的认识，对自己和他人的生命抱珍惜和尊重的态度，并在受教育的过程中，培养对社会及他人的爱心，在人格上获得全面发展。

生命意识的教育，首先是珍惜生命教育。人最宝贵的是生命，生命对于我们每个人来说，都只有一次。在生命的成长过程中，我们都要经历许许多多的人生第一次，只有我们充分体

验生命的丰富与可贵，深刻地认识到生命到底意味着什么。

生命教育还要解决生存的意义问题。因为人不同于动物，不只是活着，人还要追求人生的价值和意义。它不仅包括自我的幸福、自我的追求、自我人生价值的实现，还表现在对社会、对人类的关怀和贡献。没有任何信仰而只信金钱，法律和道德将因此而受到冲击。生命信仰的重建是中小学生生命教育至关重要的一环。这既是生命存在的前提，也是生命教育的最高追求。

生命教育在最高层次上，就是要教人超越自我，达到与自身、与他人、与社会、与自然的和谐境界。我们不仅要热爱、珍惜自己的生命，对他人的生命、对自然环境和其他生命的尊重和保护也同样重要。世界因多样生命的存在而变得如此生动和精彩，每个生命都有其存在的意义与价值，各种生命息息相关，需要互相尊重，互相关爱。

生命是值得我们欣赏、赞美、骄傲和享受的，但生命发展中并不总是充满阳光和雨露，这其中也有风霜和坎坷。我们要勇敢面对生命的挫折和苦难，绝不能在困苦与挫折面前低头，更不能抛弃生命。

生命是灿烂的是美丽的，生命也是脆弱的是短暂的。让我们懂得生命，珍爱生命，使我们能在生命中的每一天，都更加充实，更加精彩！

本丛书编委会

CONTENTS

目 录



引 言	/ 1
校园生活篇	/ 3
1. 危险打闹要不得	/ 3
2. 有人在打架	/ 5
3. 校园里遭遇勒索	/ 8
4. 我的钱不见了	/ 10
5. 提防马路骗子	/ 12
6. 有人在跟踪我	/ 15
7. 校外租房危险多	/ 17
8. 宿舍楼着火了	/ 19
9. 正在上课，突然地震	/ 21
10. 其实“笔仙”不神奇	/ 24
11. 泳池游泳也要防意外	/ 27
12. 小心运动损伤	/ 29
13. 运动损伤的急救	/ 32
14. 眼睛受伤了	/ 34
15. 认识传染病	/ 37

16. 传染病的预防	40
17. 苦涩的恋果	42
18. 被老师误解以后	45
19. 考试让我变得焦虑	47
家庭生活篇	51
1. 食物中毒，危险	51
2. 鱼刺卡在喉咙里了	53
3. 放假了，我一个人在家	56
4. 家中进了小偷怎么办	58
5. 回家后，发现家里被盗了	60
6. 当心微波炉致癌	62
7. 冰箱使用要注意	64
8. 用电安全，谨防触电	66
9. 提防你的宠物	69
10. 发生了煤气中毒	72
11. 做好家庭防火准备	75
12. 家里失火怎么办	79
13. 做好家庭防震准备	84
14. 地震来了怎么办	89
15. 鼻子流血了	92
16. 耳朵被“入侵”了	95
17. 烫着了，好疼呀	97

社会生活篇	/ 100
1. 乱闯马路酿悲剧	/ 100
2. 违规骑车危险多	/ 103
3. 乘坐汽车安全问题	/ 106
4. 乘坐火车安全问题	/ 109
5. 乘船的安全	/ 111
6. 乘地铁的安全	/ 114
7. 烟花爆竹燃放安全	/ 117
8. 公共场所失火了怎么办	/ 119
9. 电梯中的自救	/ 122
10. 公共场所识贼与防贼	/ 125
11. 遭遇抢劫怎么办	/ 127
12. 被绑架时要以智取胜	/ 130
13. 拒绝性骚扰和性侵害	/ 132
14. 网络交友须谨慎	/ 135
15. 网上购物, 谨防骗局	/ 138
16. 防范网上支付风险	/ 141
17. 青少年要戒除网瘾	/ 143
18. 自杀解决不了问题	/ 146
19. 拒绝毒品	/ 149
20. 远离艾滋	/ 152

户外活动篇	/ 155
1. 遇到雷电怎么办	/ 155
2. 巧避沙尘暴	/ 158
3. 海啸真可怕	/ 160
4. 好大的一场雾	/ 163
5. 台风刮得正紧	/ 166
6. 雪崩真危险	/ 168
7. 火山喷发要远离	/ 171
8. 洪水无情	/ 174
9. 泥石流来啦	/ 176
10. 险遇山地滑坡	/ 179
11. 登山迷路了	/ 181
12. 被蛇咬到了	/ 184
13. 被蜜蜂蜇伤了	/ 187
14. 快要热晕了	/ 189
15. 防止拥挤和踩踏	/ 191
附录 警示标志	/ 194
交通标志	/ 194
消防标志	/ 195
禁令标志	/ 196
指示标志	/ 197
常用应急、服务电话	/ 198

引 言

日常生活中，人们从事着各项活动：出行、集会、旅游、体育锻炼等等。这些活动中，人们有可能会遇到各种不安全的因素，而青少年应付这些异常情况的能力是最为有限的。再加上目前社会治安中仍存在问题需要解决，中小学生遭到不法分子侵害或滋扰的情况也时有发生，这使他们的身心受到了不同程度的伤害。此外，自然灾害的发生同样会对中小学生的健康成长构成威胁。中小学生自身的安全问题日益引起社会各界的高度重视。

据统计，2000年全国中小学生非正常死亡人数为14400人，2001年全国有16000余名中小学生死于安全事故，这意味着平均每天就有一个40多人的班级消失。数字是枯燥冰冷的，但它的背后却是一个个消失的鲜活生命。

2004年2月5日，北京市密云灯展中发生了特大伤亡事故，共死亡37人，其中学生14人。

2008年5月12日14时28分，四川省汶川县被一场里氏8.0级的强烈地震空袭了。顷刻间，无数建筑被夷为平地，万千生灵化为云烟。因地震正值上课时间发生，师生伤亡尤为惨重，令人触目惊心。各种媒体抗震救灾的报道铺天盖地，惨绝人寰的灾难画面和持续刷新的伤亡数字，深深震

撼了每个人。据民政部报告，截至2008年7月24日12时，四川汶川地震已确认69197人遇难，374176人受伤，失踪18209人。

2008年7月15日，黑龙江省齐齐哈尔市克东县宝泉镇保卫学校的21名学生，自发到郊外游玩。经过一条河流时，一名女生到河边洗手时不慎滑入水中，其他学生自行组织下水营救。由于水深，这名女生和另外3男1女，共5名学生，不幸溺水身亡。

.....

看到这些触目惊心的案例与数据怎能不叫人心痛震惊，想象那些如流星般陨落的鲜活的生命和天真的容颜，又怎能不叫人扼腕叹息。安全事故已经成为我国青少年的最大杀手。

在现实生活中，天灾和意外伤害往往难以避免，但是青少年研究专家孙云晓认为：其实80%的安全伤害是可以避免的。导致悲剧发生的一个重要原因是，青少年欠缺安全防卫知识，自我保护能力弱。如果我们事先引导中小学生面对纷繁复杂的现代社会，帮助他们树立自护自救观念，形成自护自救意识，并且掌握一定的自护自救知识，锻炼自护自救能力，那么，当灾害来临时，是可以把损失降到最低程度的。

在追求教育质量的同时，加强对学生的防灾避险教育，既关系家庭的幸福，也关系社会的稳定。我们热爱生活，展望明天；我们珍爱生命，拒绝伤害。希望我们人人都有安全意识，过平安祥和的生活，让每一天都充满欢声笑语！

校园生活篇

校园生活安全涉及青少年生活和学习方面的安全隐患有许多种，比如打架斗殴、体育运动损伤、火灾火险、自然灾害等等。这些都时刻在威胁着同学们的健康成长。“安全”与我们每一个人息息相关，它是我们正常学习、生活的基础。因此，我们要携起手来，共同营造“关注校园，关爱生命，关心自己”的氛围，牢固树立“安全第一”的意识，逐步提高同学们的自我保护意识和能力。

1. 危险打闹要不得

小静与小强均为某中学初二年级学生。某日晚自习前，小强将一条蛇带到学校玩耍。小强出于恶作剧，将蛇放在小静的手臂上，小静当场就吓得尖叫着跑出教室，被课桌绊倒。同学将其扶起，小静大哭着跑出了教室。老师点名时发现小静不在，便向同学询问，得知小静被蛇吓后跑出教室一直未归，即刻通知其父母一起寻找。次日凌晨，才找到无目标游走的小静。后经某医科大学司法精神病学鉴定，小静患了心因性精神障碍，其发病与被惊吓直接相关。

本案中学生小强违反学校规定，将具有危险性的动物带进教室并以恶作剧方式吓着学生小静。作为限制民事行为能力人，小强应当认识到自己的行为所产生的不良后果，对造成小静精神疾病的后果承担主要责任。

由于未成年学生彼此间的追逐、玩耍、打闹、玩笑等行为，而造成的学生身体受伤的情况，在中小学校中是比较常见、多发的。媒体曾报道过这样一个案例：



同学之间要和谐相处

13岁的刘某和12岁的张某都是五年级学生。一天午餐的时候，贪玩的刘某在学校餐厅吃完饭后便与张某等同学一起到学校礼堂玩耍。张某发现主席台上有一张破旧不堪的竹凉床，就拆下一块一米多长的竹片，对准乒乓台一阵猛打，刘某也感觉好玩，就从张某手中取过一根，两人对着台子，面对面地抽打起来。

正在教室午休的学生干部李某来到礼堂，对两人加以制止。但两人对李某的劝阻不但不听，反而打得更加起劲。几分钟后，刘某一时兴起，跨上球台，试图占据有利位置后用竹片与张某对打，不料还未站稳，张某手中的竹片断头就飞进刘某的左眼，血从刘某的眼眶中流出。刘某双手紧捂双眼，痛得身体紧缩成一团，不住地呻吟起来……后来，虽然医院全力救治，刘某的左眼还是没有保住。

通过以上案例，我们了解，同学之间在玩耍时一定要注意安全，自己不能伤害别人，也要当心自己被“不明物”伤害。同学们要注意：不要在狭窄的教室门口、楼道内推推搡搡，挤成一团，或猛冲猛跑、追赶打闹，不要骑在楼梯扶手上下滑；上下楼梯时要尽量靠右行，要走好走稳；不要

在教室内打闹，或耍弄教鞭、扫帚等。

总之，为了自己和其他同学的健康成长，我们一定要注意安全，不做危及别人健康的游戏和事，同时还要学会保护自己，以免自己受到伤害。

2. 有人在打架

“当时宿舍门口冲进几十名高二学生，对我进行拳打脚踢，其中一名同学还掏出勺子猛地刺中我的手臂，没想到，噩梦并没有结束，仅10分钟后，十几名高一同学也冲进来，他们双手吊在床架上，飞起双脚对我疯狂乱踹……”这是2007年7月12日中午，在南海某中学西樵分校发生的一幕校园暴力。

事情要追溯到7月5日那天。当天下午在历史考试期间，同一考试室的姓梁和姓邵两名同学（同级不同班）就坐在小林的上下桌，当时姓梁的同学要求小林帮他传递作弊纸条给前面的姓邵同学，但遭到小林义正词严的拒绝，随后两人就恼羞成怒对小林进行了一番恐吓。

7月12日，期末考试的最后一天，考完下午的化学后就可以离校回家。中午1点36分左右，小林正在6楼的宿舍收拾行李，这时，宿舍大门突然被打开，门外冲进来四五个人，再仔细一看，后面还有几十个人紧跟着。“就是他了！”为首的一名男子指着小林大喊，随后挥起拳头向他头部击打。

混乱中，一人不知道从哪里找来一把折断了了的勺子，猛地向小林的左手手臂刺去，小林当时惨叫一声，随后手臂鲜血直流。“同宿舍的其他两

名舍友见状，上来用身体挡住我，企图保护我，但被他们拉开了。”小林说。

为首的男子一边打，一边大喊：“初中时我可以打你，上高中我一样可以打你。”小林才恍然大悟，原来带头打他的人就是在校念高二的胡某，在念初中时，他们曾有过节，小林被胡某打过，后来还报了警。殴打进行了六七分钟后，高二学生胡某带人扬长而去。

胡某他们走后10分钟左右，宿舍大门再次被撞开，小林没想到，这时门外又冲进来十几个人，“为首那个就是当时要我传纸条的邵某，他冲进来后，把我推倒在床上，然后双手吊在上床的架子上飞起双脚朝我胸口和腹部狂踹，一面踢，还一面叫喊‘我让你窜！’（粤语，意为‘谁叫你这么嚣张！’）”小林说。

被打后，小林拼命挣扎，当他拼命跑入5楼的一间空置宿舍时，正好碰到负责学校军训的教官才得以脱险。随后，学校老师将其送往医院治疗。这是一起典型的校园暴力事件。

广义地说，校园暴力就是在校园里发生的暴力事件。一种是外部人士进入校园殴打学生和师生。一种是校园内部的暴力。对校园暴力，我们应该不陌生，即使不曾亲眼目睹，从报纸电视上或许也看过。尤其是在网上，有关校园暴力的视频和图片比比皆是。

可以说，在全国各地，大中小学，男女学生中都不同程度的存在。可见，校园暴力这一普遍社会问题现在已严重到何种程度。



不要参与打群架