

ZHU NI PING AN

生命教育专著

祝你平安

郭现道 何志武 著



天津科学技术出版社

祝你平安

郭现道 何志武著

天津科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

祝你平安/郭现道,何志武著. —天津:天津科学技术出版社,2008.7

ISBN 978—7—5308—4700—8

I. 祝… II. ①郭…②何… III. 安全教育—青少年读物 IV. X925—49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 111217 号

责任编辑:刘 颖

责任印制:王 莹

出版:天津科学技术出版社出版

出版人:胡振秦

天津市西康路 35 号 邮编:300051

电话 (022)23332400(编辑室) 23332393(发行部)

网址:www.tjkjbs.com.cn

新华书店经销

武汉桑田彩印有限责任公司印刷

开本 850×1168 1/32 印张 7.875 字数 181 000

2008 年 7 月第 1 版第 1 次印刷

定价:25.00 元

**谨以此书献给那些为保护美丽
生命而辛勤工作的人们！**

序 言

人生当中有许多美好的东西,比如和谐的家庭、甜蜜的爱情、真挚的友情、渊博的学识、称心的工作、非凡的业绩以及平凡而实实在在的生活。这一切都因有生命而存在,因有生命而美丽,如果失去生命,那么一切的一切都等于零。

关于生命的价值问题早有定论,如何保护生命,尤其是保护青少年的生命仍是专家学者研究的热点,也是千千万万个家庭所关注的问题。郭现道、何志武两位老师合写的《祝你平安》一书,从关爱青少年健康的角度,运用大量的生动事例,系统地阐述了青少年成长过程中如何防止伤残与死亡的问题。该书把青少年的成长过程大体分为学龄前、小学、初中、高中、大学五个阶段,并以生命保护为一条红线贯穿于各个阶段,而各个阶段又根据各自的特点,采用不同的防范措施。学龄前与小学两个阶段主要引导家长与老师担当起教育儿童的主要角色,初中阶段是过渡,而高中阶段和大学阶段则是主要启发青年学生学会关爱自己,保护自己,发展自己,使自己健康成长。同时,在生命教育中,又渗透了品德教育、思想陶冶、意志磨炼和个性形成教育等问题。该书内容比较完备,事例比较充分,观点比较新颖,论述比较到位。这对防止青少年残疾和死亡,使青少年平安地成人成才具有一定的引导和警示作用。它不仅是青少年朋友们的良师益友,也是广大教师与家长的好帮手。可以说该书是“建设和谐文化,培育文明风尚”的一种尝试,具有一定的阅读欣赏价值和参考使用价值。希望青少年朋友们及其家长与老师们不妨认真地读一读。我想这对于构建和谐家庭与和谐社会是大有裨益的。

诚然,《祝你平安》也有不足之处,语言还需要加工,材料还需要充实,观点还需要提炼,质量还需要提升。然而一部书不可能字字珠玑,铅华洗尽,但只要朴实无华,真心实意地服务于读者,就是一部好书。同时,一部好书也需要广大读者参与修改,提出自己的宝贵意见,这是作者的希望。

祝该书顺利出版发行,祝青少年朋友们平安地健康地成长,也祝愿千千万万的家庭欢乐、和谐、团圆、平安。

前 言

人的生命是极其宝贵的,因为生命只有一次。

很早就想写本热爱生命、关心青少年健康成长的书,但繁忙的教育教学工作迫使我们几次拿起笔而又不得不放下。然而,近几年来,青少年的意外死亡、伤残事故不断发生,一个个原本幸福、美满、欢乐的家庭因为发生鲜花凋零、英年早逝的悲剧而被弄得支离破碎。这些不断发生的悲剧又一次促使我们抽空拿起笔来尝试写作。

人世间生死规律无法改变,人的正常死亡无法避免。但是一些人在日常生活中,往往粗心大意,而致使意外的伤亡事故发生。少年儿童自我保护意识差,尤其容易发生意外事故。据专家抽样调查得知,目前,我国1—14的少年儿童伤残的原因排列第一位的是意外伤害。其中,人为因素又占90%以上。这些意外伤害包括交通事故、溺水、烧伤、烫伤、药物中毒、食物中毒等;也包括在少年儿童监护、管理过程中的忽视、虐待而造成少年儿童的自杀、他杀等。

遭受不可防备的灾难固然可悲,而因为人的思想麻痹而酿成的伤亡悲剧则更加可悲、可叹、可思。战国时期的大思想家孟子曾经说过,假如人们所奢望的没有比生命更重要的,那么凡是可以用来保全生命的方法为什么不采用呢?假如人们所厌恶的没有比死亡更可怕的,那么凡是可以躲避死亡的方法为什么不采用呢?因此,避免伤害、保全生命是人们千百年来不懈追求。

教育学家和心理学家把一个人从出生到二十岁左右分为几个阶段。新生儿或叫乳儿(0—1岁),婴儿(2—3岁),幼儿(4—6

岁),儿童(7—12岁),少年或青春发育期(13—15岁),青春初期(16—19岁)。这几个发展阶段中,少年儿童大部分时间在中小学度过,这正是长身体、长知识的重要时期,也是不断提高抵御灾难能力、加强自我保护意识,从而健康成长的重要时期。因此,加强安全教育、生命教育,增强防范灾难的意识和能力,促使青少年朋友们健康幸福地成长,是家庭和学校、家长和老师义不容辞的责任,也是社会方方面面极其重要的工作。

本书以青少年成长的轨迹为纵线,以各个时期最容易发生的故事和如何防止事故发生为横线来安排结构,并使之尽可能符合情理。然而如此繁杂的内容在我们的写作过程中并不好安排。例如,关于青少年自杀现象,从小学到高中甚至大学都有可能发生,而又不能每个阶段都反反复复地提及,因此把它安排到容易发生的初中阶段;当然写初中阶段的事也涉及小学或高中甚至大学。

本书供家长、老师、初高中学生以及大学生和社会青年参考。然而,这绝不是包治百病的灵丹妙药,真正做到防范于未然,还要靠大家大量的耐心细致的工作。

人家,人家,没有人,何以言家;人才,人才,没有人,何以言才。

生命是宝贵的,请珍惜生命!生命是美丽的,请保护生命!祝你健康,祝你幸福,祝你欢乐,祝你平安!

目 录

序言

前言

第一章 给孩子营造一个健康成长的摇篮	(1)
1 啼哭是孩子的人生宣言	(1)
2 做家长要学会对孩子的观察	(3)
3 给自己的家庭选一个好保姆	(5)
4 家长要懂得让孩子玩什么	(7)
5 幼儿园——儿童健康成长的乐园	(9)
6 你值得骄傲,因为你是伟大的母亲	(12)
7 养母的恩情重于泰山	(16)
8 几起意外伤害分析	(24)
第二章 让儿童安全度过天真烂漫的岁月	(27)
9 过马路,左右看,不在路上跑着玩	(27)
10 请送给孩子一个灿烂的笑脸	(31)
11 诺言——一个生存的信念	(37)
12 仿真手枪是玩具吗	(39)
13 儿童困境自救方法	(41)
14 谨防“电老虎”对儿童的伤害	(46)
15 中毒事故应引起高度重视	(49)
16 警惕踩死学生事件再度发生	(52)
17 关心残疾儿童的成长	(56)
18 溺爱就是伤害	(60)

第三章	请保护花季里的少男少女	(72)
19	防止鲜花在火光中凋谢	(72)
20	全社会都要关注青少年的自杀现象	(76)
21	重视学生离家出走的现象	(86)
22	谁,毁了一个学生、一个家庭、一所学校	(90)
23	少女如何摆脱成人的“爱”	(93)
24	加强教师的道德修养	(97)
25	为了年轻的生命,请预防校园凶杀案	(108)
26	家庭——中学生成长的后防基地	(112)
第四章	高中生朋友们,请珍惜你的黄金岁月	(126)
27	走出自我成熟的心理误区	(128)
28	走过青春的沼泽地	(130)
29	乐观——人生的宝贵财富	(133)
30	坚强——战胜挫折的力量源泉	(138)
31	教育孩子远离网吧	(146)
32	榜上无名,脚下有路	(156)
33	关于学生伤亡事故责任界限的讨论	(161)
第五章	人生路漫漫,祝你一路平安	(181)
34	珍惜你的大学时代	(181)
35	大学生不良心理矫正	(184)
36	树立正确的恋爱观	(205)
37	学会从“乞丐”做起	(224)
38	青年人,要学会拯救自己	(227)
39	储存健康	(230)
40	青年朋友们,走好你的人生路	(233)
后记		(237)

第一章 给孩子营造一个健康成长的摇篮

有位哲人曾说,生命从孕育开始,人生从啼哭开始。哭声向这个世界宣告,一个幼小生命来到人间。因为这个生命幼小,所以需要尽心地呵护;正因为你曾受到父母的呵护,所以你做了父亲或做了母亲以后,你也要尽心地呵护那个幼小的生命。本章的内容就是探讨如何呵护幼小生命的。

1 啼哭是孩子的人生宣言

人降生时的第一声啼哭,向这个世界宣布了他的到来,带着爸爸妈妈的期盼,带着爷爷奶奶的希冀,带着全家人的祝愿。家庭于是增添了一位新成员。

添丁增口历来是家中的喜事,然而,由于接生不当,或者接生时安排失当,会造成新生儿伤残或夭折,同时新生儿感染破伤风病菌,也是造成新生儿不幸夭折的常见起因。另外,还有一种潜藏的危险在威胁孩子,因难产,孩子窒息时间过长,引起大脑缺氧,形成脑瘫,造成孩子智力低下,影响孩子的学习、生活,断送了孩子的终生幸福。以上这些情况,是每个家庭、每个人都不愿意遇到的,我们应该设法避免此类情况的发生。

1949年以前,我国卫生状况差,医疗技术水平低下,特别是人们的思想认识水平又不高,因此我国新生儿的成活率只有65%左右。上世纪50年代以后,这种状况得到政府部门的极大重视,卫

生条件得到改善,医疗水平和人们的思想认识都有了较大的提高,这一状况也随之得到改善。特别是上世纪 70 年代以后,国家实行优生优育政策,生育率降下来,新生儿的死亡率也大大下降了。2000 年,世界卫生组织公布,中国新生儿死亡率低于 3.3%;2002 年中国新生儿的死亡率比世界平均水平低 2.3%。

目前,我国农村居民的思想认识水平也有很大的提高,那种请接生婆到家里接生的传统习惯已得到纠正。张老师是一位退休老师,儿媳难产,老伴烧香求神保佑,张老师要求儿子立即送儿媳到镇卫生院。孙子顺利出生,儿媳也平安,孙子满月时,张老师请左邻右舍赴宴,宴席上,张老师十分高兴地念了自己编写的顺口溜:“生孩子到医院,不要嫌麻烦,不要怕花钱,听到孩子清脆嘹亮的哭声,心里真是比蜜甜。”

树立正确的接生观念,确保新生儿顺利平安地来到人间,不仅靠家人的努力,还要靠社会的努力,靠医疗工作者的无私奉献。杨雪瑞女士亲手创办了国立第一助产学校,培养了一大批助产工作者,70 年来共接生 11 万儿童,而自己却终生没有结婚。洛阳市妇女儿童医疗保健中心,以人为本,诚信服务,工作精益求精。几十年来,接生成功率为 100%,受到了洛阳人民的广泛赞誉。2001 年 7 月,该中心被河南省卫生厅确定为河南省新生儿重症救护网络中心,建立了新生儿重症监护室,竭诚为广大人民服务。人们赞誉该中心:“人间处处是春天,只因天使在人间。”目前,首都北京民间自发组织建立“月嫂服务机构”,这种机构现已达到 200 多个,既为母婴健康起到了保障作用,又为年轻人就业提供了有利条件。河南科技大学附属医院的寇元元大夫只是一位普通的年轻医生,她每天都在认真地做好每一件平凡的工作。然而,她又显得不平凡,认识她的人都认为她机敏、干练,处事果断,身上藏着敏锐的判断力。自从步入杏林,她就把一颗红心交给了她所

执著追求的事业。她和她的同行们遇险不惊,镇定自若,拯救了无数危重的幼儿患者,把笑声送给了每一位病人、每一位病人的家属。

生命从孕育开始,人生从啼哭开始,漫漫人生,需要精心地呵护,而来到人世间的第二步,更需要精心地呵护。你来时,曾受到别人的关心,那么你也应该关心别人的到来,让我们大家一起努力,为新生儿的安全到来撑起一片蓝天。

2 做家长要学会对孩子的观察

上节谈到了新生儿的哭声,说哭是新生儿向这个世界宣布了自己的到来。其实,说穿了,哭就是新生儿与大人沟通的主要方法。试想,新生儿不会说话,不会笑,也不会做一些必要的动作,那么除了哭能表达自己的思想感情外,还有什么其他的方法呢?因此,哭代表了新生儿的某种要求。作为家长应当了解新生儿的哭声,认识新生儿的哭声,破译新生儿哭声的“密码”,学会对新生儿的观察分析,这是家长的职责。

一般来说,新生儿哭泣大体上有几种原因:(1)肚子饿,想吃奶;(2)生病;(3)不舒服;(4)虫子的叮咬;(5)疼;(6)痒;(7)尿布湿黏;(8)想睡觉;(9)希望得到大人的关心;(10)想让大人抱着去另外的地方。如此等等。所以作为家长,要认真对待孩子的哭,如果不及时找到原因,并作恰当的处理,就会造成某种严重的后果。例如,孩子的衣服里留有什么针刺,刺疼了孩子,对孩子的哭不予理睬,甚至打孩子就会出现问題。

其实,对新生儿的观察,远远不止哭声,要观察到孩子各个方面、各个部位——眼、耳、口、鼻、舌、身。例如眼睛吧,新生儿有一种病叫“温热眼”,是由血液和羊水进入眼睛而造成的轻度感染,

这是正常的,不必担心。但如果是病菌所致,那么不管是轻是重,都应该及时找医生检查,听从医嘱。郭先生在一所大学里教书,他常告诉同事们说,他有一位伟大的母亲,如果不是母亲的细心观察,及时请医生诊治,他恐怕终生是一个瞎子了。那时,他不满一岁,患了急性角膜炎,早上母亲喂奶时,发现孩子两眼肿得像桃子。母亲虽然不能确切地知道是什么眼病,但心里明白,病情突然这么严重,如果不及时诊治,后果将不堪设想。于是,母亲马上抱着孩子找到医生,使孩子得到了及时治疗。事后,这位医生说,人来得及时,为治疗赢得了宝贵的时间,如果耽误治疗或者误诊误治,眼睛就会失明。除了眼睛,还要对新生儿的口、鼻、舌头等进行仔细观察,要看孩子的呼吸是否正常,是否有痰。另外对新生儿的皮肤进行观察也很有必要。观察皮肤要看皮肤的质地、颜色,皮肤上的胎记、斑点、疹块、体毛等,如果有异常就应该及时请教医生。再有对孩子的粪便都要细心地观察,发现异常,应及时处理。李女士是一家公司的副经理,丈夫是公务员,去年,他们喜得贵子。为了扶养好小宝宝,李女士辞去了公司的职务,并且建立了宝宝健康状况日日登记卡。这方法不错,虽然操作起来比较麻烦,但便于对宝宝的观察。同时,宝宝一旦有了病,也可以为医生了解病情提供依据。下面是李女士的宝宝健康状况日日登记卡,可以供各位家长参考。

宝宝健康状况日日登记卡

时间	姓名	性别	身长	体重	呼吸	血压	脉搏	饮食	异常现象

总之,家长要对孩子勤观察,观察到异常现象,要勤问、勤看医生,及时防治。如果观察、治疗不及时,造成失误,就会耽误了孩子,而自己也会终生遗憾。

3 给自己的家庭选一个好保姆

随着城镇人口的不断攀升和家庭生活质量的提高,为自己的家庭找一个小保姆成了一件寻常事,现在的小保姆又有一个好听的称谓——家政管理员。顾名思义小保姆的职责不仅仅是带孩子,同时也做一些其他的家务劳动,如洗衣、做饭、上街买菜等。城镇保姆的来源主要是农村的女孩,以及一些城镇的下岗职工。如何选择和使用小保姆是城镇人所面临的一个大问题。

在谈这个问题之前,还是先谈谈几件不应该发生的事。

万副厂长的丈夫是一家公司的经理,两人都是事业心极强的人,当他们生了宝贝儿子明明后就从农村找来了保姆小刘。小刘刚刚初中毕业,15岁了,爱玩儿。有一次,小刘带着明明到一个四层的房顶玩儿,这个房顶没有栏杆,这时一架飞机飞过头顶,小刘专心致志地看飞机,当她把飞机目送到天边的时候,刚会走路的明明摔到了楼下。

李老师在镇上的一所中学教书。妻子是理发师,手艺不错,她在镇上的热闹地方开了个理发店,生意相当红火。前年,两口子抱养了一个小女孩,那女孩挺聪明,刚刚两岁就能说会道,两口子自然高兴。他们为女儿起了一个芳名“可心”。经过商量,他们为可心找来了一个小保姆。开始的一个月还不错,从早到晚悉心照看。但小保姆毕竟年龄小,贪玩儿。有一次,她带着可心在理发店的对面玩儿,她只顾看别人打扑克,而可心横穿马路到理发店找妈妈。一辆大卡车飞驰而过,小可心被吓得摔倒了,多亏司机眼疾手快,紧急刹车,车轮离小可心的头部仅有几厘米远。于是,李老师当即辞退了这个小保姆。

邓会茹18岁高中毕了业,她没有考大学,也不安心在偏僻的

山区打发穷日子。和其他姑娘一样，邓会茹带着自己的理想和憧憬来到一个新兴的城市。几番周折，邓会茹来到了王大夫家，给王大夫的宝贝儿子智旷当保姆。小智旷的妈妈在一家大商场工作，整日忙得不亦乐乎。王大夫在医院也十分繁忙。邓会茹在家里悉心照料小智旷，操持家务。大家都相安无事，生活其乐融融。一年后，邓会茹越来越觉得离不开这里了。老家那个龌龊不堪的小屋同这里宽大整洁的房间无法相比；老家天天粗茶淡饭同这里天天的鸡鸭鱼肉无法相比；老家那七沟八梁一条高低不平的小路同这里的车水马龙游人如潮的大街无法相比。“我怎能长久地在这里生活呢？”邓会茹思索着，于是邓会茹想了一条“妙计”。这一天上午九点钟，王大夫上完夜班，在饮食小街草草地吃了早点，急匆匆地回家，准备美美地睡一觉，以消除昨晚做手术的疲劳。他怎么也没有想到，一进自己的房门，就看见邓会茹一丝不挂地站在那儿。王大夫摸过很多女人的臂部，那是给有病的女人打针。而此时，王大夫全方位地欣赏一个女人冰清玉洁的身躯还是第一次，就连自己的妻子也没有给他提供这样一个机会。邓会茹一声轻柔柔的“王大哥”，令王大夫真的难以招架。此时，那首美妙动听的乐曲还在收录机里播放，金鱼儿还在鱼缸里自由自在地游动，小智旷远在幼儿园唱歌，而王大夫的妻子也许还在商场里同顾客讨价还价。之后邓会茹怀孕了，她准备分三步走的第一步战略目标实现了。邓会茹第二个战略目标是让王大夫同妻子离婚。在遭到王大夫拒绝后，于是又想了一条“妙计”——毒死王大夫的妻子。然而计划不周密，反而误杀了小智旷。一声枪响，结束了邓会茹的城市梦，一个好端端的家庭也这样被毁了。

以上三个事例，说的都是不称职的小保姆，甚至是给家庭带来灾难的小保姆。那么，怎么正确选择和正确雇用小保姆呢？

1. 通过正规的中介服务机构，或者通过可靠人的介绍，要充

分了解保姆的本人情况、家庭背景及其为人处世的本质。

2. 应该聪明伶俐、反应敏捷、善于思考、心灵手巧，而且品德高尚、为人正直、作风正派。

3. 要有一定的文化知识水平，最好具有中专以上的学历，或者由家政服务学习班培训过，具有良好的业务素质。

4. 细心周到，有强烈的责任心和奉献精神，把照料孩子当做最主要的事，必要时甘心牺牲自己保护孩子。

5. 说普通话，有一定的传授能力和教育能力。

另外，雇用保姆的家庭，也有照顾、保护、培养、教育小保姆的责任和义务。不断提高小保姆的服务水平，为你的家庭生活提供最优质的服务。主人对小保姆的管理使用既不能放任自流、听之任之，也不能求全责备、过于苛求，主人与小保姆之间要互相信任、真诚友爱，共同构建一个和谐的大家庭。

4 家长要懂得让孩子玩什么

这件事已经过去整整五十年了。那时，天玉6岁，天心4岁。天心哭着要玩具，妈妈顺手递给天心一根红筷子，天心把红筷子的一头衔在嘴里，天玉手狂，走过一道小沟渠时，将天心推倒。惨剧出现了，红筷子从天心的鼻腔插入，穿过了眼睛，将左眼球顶了出来。

还有一件事发生在五年前，张先生有一可爱的男孩子叫乐乐。乐乐聪明伶俐，张先生心血来潮想了一个让孩子吃花生的“绝妙”方法。他将剥好的花生往乐乐的嘴里扔，想逗乐乐一下，谁知一粒花生正好扔到乐乐的气管里，乐乐立刻呼吸急促，脸色铁青，张先生立即拨通“120”，救护车迅速把乐乐拉到医院，医生切开乐乐的气管，取出花生，保住了乐乐的性命。