



给孩子的安全生存课

# 如何在独处时 保护自己



万安伦 编著



有安全才有成长

12岁前一定要知道的  
安全知识

守护自己，不伤害他人

- ★ 教会孩子独自外出、玩耍时  
远离危险，防性侵
- ★ 智慧应对陌生人的来访、求助等



中国妇女出版社

版权所有·侵权必究

图书在版编目 (CIP) 数据

给孩子的安全生存课. 如何在独处时保护自己 / 万安伦编著. -- 北京: 中国妇女出版社, 2022.7  
ISBN 978-7-5127-2131-9

I. ①给… II. ①万… III. ①安全教育—儿童读物  
IV. ①X956-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2022) 第082108号

责任编辑: 赵曼

封面设计: 静颐

插图绘制: 叶汁

责任印制: 李志国

出版发行: 中国妇女出版社

地 址: 北京市东城区史家胡同甲24号 邮政编码: 100010

电 话: (010) 65133160 (发行部) 65133161 (邮购)

邮 箱: zgfnbcs@womenbooks.cn

法律顾问: 北京市道可特律师事务所

经 销: 各地新华书店

印 刷: 北京通州皇家印刷厂

开 本: 170mm×230mm 1/16

印 张: 7.5

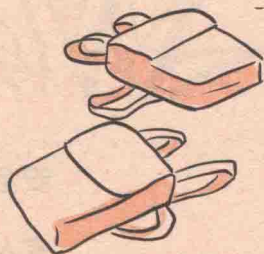
字 数: 100千字

版 次: 2022年7月第1版 2022年7月第1次印刷

定 价: 29.80元

如有印装错误, 请与发行部联系

# 目录 CONTENTS



## 第1章

### 我独自外出要警惕陌生人

- 安全知识点：不要单独走小路 / 003

小路虽近危险大

- 安全知识点：面对陌生人的求助应该怎么做 / 008

“我请爸爸来帮您”

- 安全知识点：不跟陌生人回家 / 013

魔术师的诱惑

- 安全知识点：要注意防范“熟悉的陌生人” / 018

热心助人也要注意自己的安全

- 安全知识点：不随便吃陌生人给的食物 / 023

甜品的诱惑

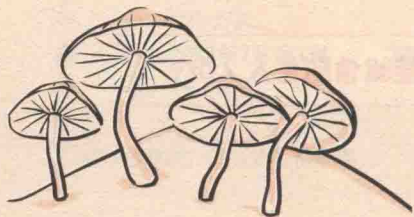
**我会独立思考：为什么不能相信陌生人 / 029**

## 第2章

### 我独自在家要避开“雷区”

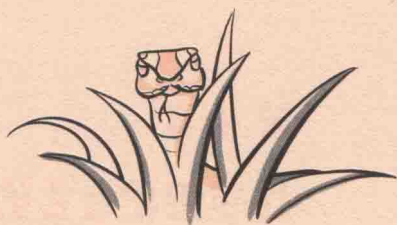
- 安全知识点：不给陌生人开门 / 035  
有人来敲门
- 安全知识点：不要和小偷正面接触 / 041  
对付小偷我有办法
- 安全知识点：不要自己随意下厨 / 045  
妈妈又惊又喜
- 安全知识点：洗澡也要注意安全 / 050  
浴室里的“陷阱”

**我会独立思考：独自在家时怎么应对突发事件 / 055**



## 第3章

### 我在外玩耍要知道远离危险



- 安全知识点：不能放火烧柳絮玩 / 061  
别玩火
- 安全知识点：“三无”食品不能吃 / 066  
让人开心不起来的辣片
- 安全知识点：不能随意捡地上的东西 / 071  
地上的东西都是宝吗
- 安全知识点：不要离家出走 / 076  
逃离可以摆脱烦恼吗
- 安全知识点：不要在电线附近玩耍 / 081  
风筝“触电”了

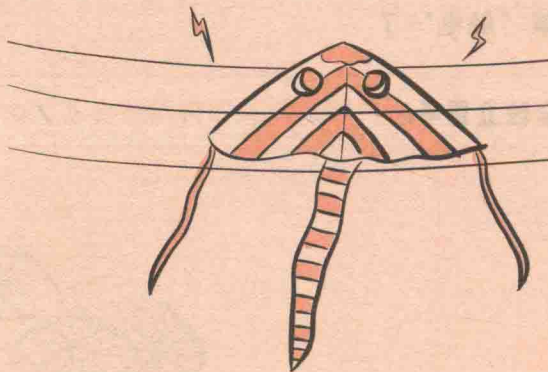
我会独立思考：户外玩耍时如何保护自己 / 086

## 第4章

### 我能保护自己的隐私

- 安全知识点：玩游戏时要注意的问题 / 091  
这个游戏不能玩
- 安全知识点：大声对侵权行为说“不” / 098  
熟人中也有坏人
- 安全知识点：上网时要注意保护好个人信息 / 104  
我把爸爸的钱弄丢了

我会独立思考：怎样保护自己的身体隐私 / 109



# 第 1 章







安全知识点：  
· 不要单独走小路 ·

### 小路虽近危险大

周六，涵涵穿着漂亮的裙子，准备去学习儿童剧表演。为了节省时间，涵涵把妈妈叮嘱她走大路的话抛在了脑后，她决定抄近路，从一条小巷子里穿过去。涵涵虽然有点儿害怕，但是为了早点儿到学校，她还是鼓起勇气，坚持向前走。



“汪汪汪！”一只很大的狗不知道从哪里突然窜了出来，冲着涵涵叫唤。

“啊，好大的狗……”涵涵吓坏了，拔腿就跑。这只狗好像很喜欢涵涵，一直追着她跑。涵涵吓得一边跑，一边“哇哇”大哭，还大声叫着“妈妈，妈妈……”

幸好，这时候一位叔叔听到了狗叫声，跑过来帮涵涵赶走了大狗，并安慰受到惊吓的涵涵。

涵涵记住了这次教训，再也不抄近道走小路。



## 单独走小路可能会遇到的危险

1. 单独走小路，一不注意就会迷路。
2. 走小路，有可能像涵涵一样遇到动物，比如野狗，被动物伤害。
3. 小路上的人比大路上的人少，遇到危险的时候，周围可能没有能提供救助的人，坏人容易得逞。

## 单独走路时应该怎么做

### 不能这么做 ❌

1. 为了快而抄小路。
2. 为了显示自己胆子大而走小路。

觉得单独走小路是一种胆子大的表现：“他们都不敢，我敢！”

### 应该这么做 ✅

1. 走大路，不单独走小路。

一个人的时候，不走小路，不在路上逗留，不到偏僻、人烟稀少的地方玩耍，以防受到伤害。



**2. 随身携带报警器。**

报警器发出的声音比自己的叫声大得多，可以吸引更多人的注意，也可以震慑歹徒，逃脱、获救的概率大得多。



### 3. 尽量与小伙伴结伴而行。

外出时尽量和小伙伴结伴而行。自己单独出去玩很容易遭遇危险。如果遇到危险，大家在一起不容易惊慌失措，可以共同想办法逃脱。





安全知识：

· 面对陌生人的求助应该怎么做 ·

### “我请爸爸来帮您”

这天，老师布置了一个作业，让每个学生在家长的陪同下去文具店购买一件学习用品。



卓卓想自己一个人去超市，顺便给自己买瓶饮料。

卓卓对妈妈说：“妈妈，老师今天给我们布置的作业是自己去文具店买一件学习用品。请您给我一点零钱，我去超市买一把直尺。”

妈妈有点犹豫，但还是同意了。在卓卓出门前，妈妈叮嘱卓卓：“记住，要警惕陌生人！”

卓卓为了快点儿到文具店，决定从公园抄小路过去。正在路上行走时，卓卓突然听到了求救声：“小朋友，你能扶叔叔回家吗？”那个人一手捂着胸口，一手扶在椅背上。他一边说一边不停地喊着：“好疼啊！”





卓卓正准备上前去搀扶叔叔，突然想起了妈妈的话——要对陌生人保持警惕，注意自己的安全。

于是，卓卓灵机一动，对那个人说：“叔叔，我力气太小了，扶不动您！我爸爸就在那边，他力气大，我去请他过来帮您。”卓卓一边说一边飞快地往回跑。但是，等卓卓和爸爸赶回来的时候，那个人已经不见了踪影。

爸爸对卓卓说：“那个求助的叔叔可能是个骗子，不然不会这么快就走了。卓卓，你今天做得很好！你想助人为乐，但没有冲动行事。你真的长大了！”

## 不加判断，帮助陌生人可能会发生的危险

1. 陌生人是骗子，利用他人的善心，骗走财物。
2. 陌生人是坏人，诱导他人到一个没人的地方，进行人身伤害。

## 面对陌生人的求助应该怎么做

### 不能这么做 ❌

只顾着热心助人，放松了警惕。

坏人常常会伪装成弱者，博取孩子的同情，然后伺机行骗。

问路、请求帮忙是很多人贩子常用的伎俩，一定要十分小心。

有时做好事可能会发生危险，比如被陌生人带到僻静处拐走。我们虽要从小养成乐于助人的品质，但要学会量力而行，面对陌生人的求助，必须在家长等可信赖的成人陪同下再行动。

### 应该这么做 ✓

1. 警惕陌生人的搭讪。