

纪委(党校)安全教育专栏

引言 安全教育的主要内容

安全教育是学校思想政治教育的一个重要组成部分。安全教育涉及的内容非常广泛，应与高校的一切教育活动相联系，应与学校的思想政治教育、道德教育、民主法制教育、校纪校规教育、心理健康教育等相结合，但安全教育又有其自身特色和特定内容，从安全防范角度讲，大学安全教育主要包括国家安全教育、网络安全教育、消防安全教育、防诈骗、防盗窃、防传销教育、交通安全教育、出行旅游或登山时的安全教育、心理安全教育、日常生活安全教育、自我保护教育、教学、实验、实习及社会实践安全教育几个方面内容。

第一节 国家安全教育的主要内容

第一条 为了维护机关、团体、企业、事业单位工作和生产的正常秩序，保障国家和人民生命财产的安全，保卫社会主义现代化建设，根据国家有关法律、法规，制定本条例。

第二条 一切机关、团体、企业、事业单位，必须实行安全保卫责任制，做好本单位的安全保卫工作。

第三条 机关、团体、企业、事业单位实行安全保卫责任制，应贯彻执行预防为主、确保重点、保障安全的方针，以防特、防盗、防火、防破坏、防治安灾害事故为主要内容。

第四条 企业、事业单位，必须按照国家有关群众性治保、调解组织，依靠群众做好本单位治保、调解工作。

第五条 机关、团体、企业、事业单位，对本单位有轻微违法犯罪行为的青年职工和家属青少年要认真做好帮教工作。对列入帮教对象的，单位领导要组织有关人员，在公安、司法部门和所在地街道、学校配合、指导下，建立帮教小组，制订和落实帮教措施，做好思想转化工作。

第六条 发生反革命案件或刑事、治安案件和重大治安灾害事故，所在单位应及时向当地公安机关报告，保护现场，积极配合公安机关查处，做好抢救、善后工作，堵塞漏洞，加强防范措施。

第七条 机关、团体、企业、事业单位实行安全保卫责任制，要与本单位实行岗位责任制、经济责任制紧密结合，严明奖罚措施。

第八条 对认真执行本条例，积极维护治安，勇于检举揭发违法

犯罪行为、同违法犯罪分子作斗争，防止案件和事故发生的有功人员和单位，由本单位、上级主管部门、公安机关或各级人民政府给予表彰、嘉奖。

第九条 对违反本条例规定，或不负责任、玩忽职守，或疏于预防，以致发生刑事案件、治安灾害事故和其他严重治安问题的，应追究直接责任者和有关领导人的责任，视情节轻重，分别由本单位或上级主管部门给予行政处分和经济制裁；或由公安机关依照《中华人民共和国治安管理处罚条例》及本省有关法规的规定给予处罚；触犯刑律构成犯罪的，由司法机关依法追究刑事责任。

第十条 对破坏执行安全保卫责任制，或以暴力和其他方法阻碍国家工作人员依法执行职务，以及对检举揭发违法犯罪行为的人员进行打击报复的，应依法给予惩处。

第十一条 本条例适用于本省和驻本省的国家及外省、市、自治区所属的机关、团体、企业、事业单位。各单位可根据本条例和实际情况制订实施办法

第二节 网络安全教育

近几年来，网络经济迅速发展，进入网络领域的人越来越多，高校人员几乎人人涉足网络，虽然他们有驾驭网络的技能，但对维护网络安全的法律、法规、条例却知之甚少，网络安全防范意识相对淡薄，非法侵入网络现象日益突出。

我国现行有关法律规定的计算机违法犯罪行为主要有以下几种：

一、**非法侵入计算机信息系统罪**，是指违反国家规定，侵入国家事务、国防建设、尖端科学技术领域的计算机信息系统的行为。根据我国《刑法》第二百八十五条的规定，犯非法侵入计算机信息系统罪的，处三年以下有期徒刑或者拘役。

二、**破坏计算机信息系统罪**，是指违反国家规定，对计算机信息系统功能进行删除、修改、增加、干扰，造成计算机系统不能正常运行，以及对计算机信息系统中存储、处理或者传输的数据和应用程序进行删除、修改、增加的操作，或者故意制作、传播计算机病毒等破坏性程序，影响计算机系统正常运行，后果严重的行为。根据我国《刑法》第二百八十六条的规定，犯破坏计算机信息系统罪的，处五年以下有期徒刑或者拘役；犯本罪且后果特别严重的，处五年以上有期徒刑。

三、我国刑法明文规定了上述两种计算机犯罪行为，除此以外，其他还有许多以计算机为工具或者以计算机的资产为侵害对象的活动和行为，这些行为尽管不构成犯罪，但同样是违法的，即属于计算机违法行为。它与一般的违法行为相比较而言，除了共同具有的社会危害性外，还具有自己的特殊性，即隐蔽性、高智能性等等。实施了计算机违法行为的行为人，将承担相应的法律责任。有的由公安机关处以警告或者一定数额的罚款，有违法所得的可以没收违法所得并处以违法所得1至3倍的罚款；对构成违反治安管理的行为，依照我国《治安管理处罚条例》的有关规定处罚；对给国家、集体或者他人财产造成损失的，依照民法的有关规定处理。应当指出的是，对于利用计算机实施上述两罪以外的有关犯罪行为，如利用计算机实施盗窃、诈骗、贪污等行为，依照我国《刑法》相关的条文规定予以定罪处罚。

第三节 消防安全教育

随着我国高等教育事业的迅速发展，招生数量的不断扩大，校园内人员密度相应增大，消防重点部位不断增多，消防安全形势日益严峻。当前大学人员消防安全意识淡薄，缺乏必要的消防常识和自救逃生技能，有的遇到火灾发生时，惊慌失措，不知道如何报警，由于没有掌握简单救火常识，往往小火酿成大灾。火灾是可以预防的。一旦发生火灾，师生们也不必惊慌失措，而要沉着、及时处置。应立足于自救，尽可能将火扑灭在初起阶段，以减少损失。

一、在火场上自救的方法

（一）发生火灾及时报警

救火必须分秒必争。发生了火情，首先要及时扑救，同时，要立即打火警电话，报告消防机关，讲清火灾的地点和单位，并尽可能讲清着火的对象，类型和范围、着火物质、火情大小、报警使用的电话号码。使消防人员和消防车能迅速赶到火场，将火扑灭在初起阶段。“报警早，损失少”就是这个道理。

（二）逃生方法

一旦在火场上发现或意识到自己可能被烟火围困，生命安全受到威胁时，要立即放弃手中的工作，争分夺秒，设法脱险。要先迅速做好必要的防护准备（如穿上防护服或质地较厚的衣物，用水将身上浇湿，或披上湿棉被等），尽快离开危险区域，切不可延误逃生良机。脱险时，应尽量观察、判明火势情况，查明疏散通道是否被火封堵的

情况，明确自己所处环境的危险程度，以便采取相应措施。选择一条最为安全可靠的路线。如逃生必经路线充满烟雾，可做简单防护（如用湿毛巾或口罩捂住口、鼻）穿过烟雾区。

选择逃生路线，应根据火势情况。优先用最简单、最安全的通道。如楼层起火时。先选用安全疏散楼梯、室外疏散楼梯、普通楼梯等，如果这些通道已被烟火切断，再考虑利用楼顶窗口、阳台和落水管、避雷线等脱险。如正常通道均被烟火切断时，如果是处于二楼，在等不到消防队救援而完不得已的情况下，应先向地面扔一些棉被、床垫等柔软物品，再利用绳子或将床单撕开连接起来，拴在室内牢固的物体上，顺绳子或布条下到安全楼层或地面上。切忌不要跳楼逃生。在种种通道都被切断，火势较大，一时又无人救援的情况下，可以退至未燃房间，关闭门窗；还可以用棉被、毛毯、衣物等将门窗遮挡严实，防止烟雾窜入。有条件时，要不断向门窗上泼水降温，延缓火势蔓延，等待救援。

（三）人身上着火时的处理办法

发生火灾时，如果身上着火，千万不能奔跑。因为奔跑时会形成一股小风，大量新鲜空气冲到着火人的身上，就像是给炉子扇风一样，火会越烧越旺。着火的人乱跑，还会把火种带到其他场所，引起新的燃烧点。

身上着火，一般总是先烧衣服、帽子，这时最重要的是先设法把衣服、帽子脱掉，如果一时来不及，可把衣服撕碎扔掉。脱去了衣、帽，身上的火也就灭了。衣服在身上烧，不仅会烧伤人，而且还会给以后的抢救治疗增加困难。烧伤者在治疗时，首先要去除烧剩的布片，否则会給受伤者带来很大的痛苦，特别是化纤服装，受高温融化后会与皮肉粘连，且还有一定的毒性，更会使伤势恶化。身上着火，如果来不及脱衣，也可以卧到在地上打滚，把身上的火苗扑灭，倘使有其他人在场，可以用麻袋、毯子等把身上着火的人包裹起来，就能使火扑灭，或者向着火人身上浇水，或者帮助将烧着的衣服撕下。但是，切不可用灭火器直接向着火人身上喷射。因为，多数灭火器内所装的药剂会引起烧伤者的创口产生感染。如果身上火势较大，来不及脱衣服，旁边又没有其他人协助灭火，则可以跳入附近池塘、小河等水中去，把身上的火熄灭。虽然这样做可能对后来的烧伤治疗不利，但是，至少可以减少烧伤程度和面积。

（四）灭火的基本方法有哪些

认识到燃烧必须同时具备三个条件——可燃物质、助燃物质和火源。从灭火实践中，人们总结出了以下几种基本方法：

1. 窒息法：阻止空气注入燃烧区或用不燃烧的物质冲淡空气，使燃烧物得不到足够的氧气而熄灭。实际运用时，如用石棉毯、湿麻袋、湿棉被、湿毛巾、黄沙、泡沫等不燃或难燃物质覆盖在燃烧物上，用水蒸气或二氧化碳等惰性气体灌注在容器设备；封闭起火的建筑和设备门窗、孔洞。

2. 冷却法：将灭火剂直接喷射到燃烧物上，以降低燃烧物的温度。当燃烧物的温度降低到该物的燃点以下几点时，燃烧就停止了，或将灭火剂喷洒在火源附近的可燃物上，使其温度降低，防止辐射热影响而起火。冷却法是灭火的主要方法，主要用水和二氧化碳来冷却降温。

3. 抑制法：这种方法是用含氟、溴的化学灭火剂喷向火焰，让灭火剂参与到燃烧物中去，达到灭火的目的。

4. 隔离法：将着火的地方或物体与其周围的可燃物隔离或移开，燃烧就会因为缺少可燃物而停止。实际运用时，如将靠近火源的可燃、易燃、助燃的物品搬走；把着火的物质移到安全的地方；关闭电源，可燃气体、液体管道阀门，踏上和减少可燃物质进入燃烧区域；拆除与燃烧着火物毗邻的易燃建筑物等。

以上方法在实际用中。可根据实际情况，采用一种或多种方法并用，以达到迅速灭火的目的。

二、公共场所发生火灾的原因及预防措施

（一）公共场所发生火灾绝大多数都是人为造成的，其主要原因是：

1. 由于用电设备和用电量变化无常，为了临时用在原有的线路上接入大功率的电热设备，使起长期过载运行，破坏了电路绝缘，引起火灾。

2. 有的电工对线路缺乏维护和检修，致使年久使用的线路绝缘，引起火灾。

3. 有的火灾是铜导线连接，接触不良或使用的的时间过长，造成接触电阻过大，打出火花或接点温度过高引起的。

4. 使用移动灯具的插头和插座接触不良而发热，照明灯具的位置与可燃物的距离过近，也会因温度过高而燃起火。

5. 人们使用烫熨服装的电熨斗、电吹风、焊接仪器设备的点仪器等，用后忘记切断电源，搁在可燃的基座上；或者用完后，余热未散，立即装入可燃的包装内，因温度过高引起火灾。

6. 公共场所人们使用的电热杯、电炉子等电热设备长期通电，或忘记切断电源开关，也容易造成火灾事故。

7. 公共场所人们随意乱扔烟头或火柴头，也是造成火灾的主要原因。

8. 有的火灾是维护公共场所时，违章使用电、气焊，不采取安全措施出火花落在可燃物上引起的。

9. 一些场所停电时，一些人不安全使用蜡烛等照明火找东西引起。

(二) 公共场所发生火灾的预防措施

为了有效的预防公共场所发生火灾事故，除对人们加强防火常识教育外，还必须采取以下安全措施：

1. 在公共场所使用电热设备时，要远离可燃物，因他表面的温度很高，若靠近易燃物质，很容易引起火灾。

2. 使用的照明灯具要远离可燃物质。因为灯泡表面温度很高。比如 60w 的白炽灯，表面温度可达 135-180° C；100w 的白炽灯表面温度可达 170-220° C，所以当灯泡与可燃物接触时间一长，就会引着起火。

3. 人们使用电熨斗熨烫衣服，或者使用电吹风修整发型时，用完后，应及时将电源切断，并放置在不燃物的基座上，等余热散尽后，再收拾起来。不要用完后，立即装入纸箱里，那样其余热会引着其他可燃物品，而发生火灾。

4. 在公共场所人们维修电器设备使用的电铬铁，用完后，也应先拔掉电源插头，然后放在不燃的基座上或放在水泥地上，千万不要放在地板上和书桌上，以防温度过高而引起地板和书桌等可燃物起火。

第四节 防诈骗、防盗窃、防传销教育

近几年来，由于受社会多种因素的影响，师生受骗、宿舍盗窃案件呈上升趋势，这不仅使师生遭受物质损失，而且直接影响到师生正常的学习和生活。针对当前师生宿舍盗窃犯罪上升的特点和原因，师生必须加强自我防范，减少此类案件的发生。

一、诈骗的方式及预防措施

诈骗，是指以非法占有为目的、用虚构事实或隐瞒真相方法骗取款额较大的公私财物的行为。由于它一般不使用暴力，而是在一派平静甚至“愉快”的气氛下进行的，受害者往往会上当。提防和惩治诈骗分子，除需要依靠社会的力量和法治以外，更主要的还是大学师生自身的谨慎防范和努力，认清诈骗分子的惯用伎俩，以防止上当受骗。

（一）校内诈骗作案的主要手段：

1. **假冒身份，流窜作案。** 诈骗分子往往利用假名片、假身份证与人进行交往；

2. **投其所好，引诱上钩。** 一些诈骗分子往往利用被害人急于就业和出国等心理，投其所好、应其所急施展诡计而骗取财物；

3. **真实身份，虚假合同。** 利用假合同或无效合同诈骗的案件。一些骗子利用高校学生经验少、法律意识差、急于赚钱补贴生活的心理，常以公司名义、真实的身份让学生为其推销产品，事后却不兑现诺言和酬金而使学生上当受骗；

4. **借贷为名，骗钱为实。** 有的骗子利用人们贪图便宜的心理，以高利集资为诱饵，使部分师生上当受骗。个别学生常以“急于用钱”为借口向其他同学借钱，然后却挥霍一空，要债的追紧了就再向其他同学借款补洞，拖到毕业一走了之；

5. **以次充好，恶意行骗。** 一些骗子利用学生“经验少又苛求物美价廉”的特点，上门推销各种产品而使师生上当受骗。更有一些到学生宿舍推销产品的人，一发现室内无人，就会顺手牵羊、溜之大吉；

6. **招聘为名，设置骗局。** 诈骗分子往往利用这一机会，用招聘的名义对一些“无知”学生设置骗局，骗取介绍费、押金、报名费等。交了中介费后，拿到手的只是几个联系的电话号码，其实，对方并不需要家教，但要想要回中介费是绝对不可能的；

7. **骗取信任，寻机作案。** 诈骗分子常利用一切机会与大学师生拉关系、套近乎，或表现出相见恨晚而故作热情，或表现得十分感慨以朋友相称，骗取信任后常寻机作案。

（二）预防措施

诈骗案的预防有两个部分，一个是“内因预防”，就是知己；另一个是“外因预防”，就是知彼。“知己知彼，百战不殆。”

1. 关于“内因预防”有下面几个原则和要点：

（1）**等几天原则。** 凡涉及到的经济活动都不要急于表态，钱的数

目越大，留给自己考虑的时间就应该相应地越多、等待的时间就应越长。在等待中可以使自己的头脑清醒，有时间作调查研究和深层次的考虑。如果对方迫不急待，就很可能有诈。等待有“拖延决定”、“拖延支付”两个方面。这都是有效保护自己的措施。

(2)不懂不碰原则。凡是自己不懂、不熟悉的事物，采取不碰原则。如骗子用金元宝进行诈骗，如果你能够识别黄金的真假，你就不会受骗，但这毕竟只有少数人能行，大多数人无法识别，识别一些自己并不是日常真正需要的物品，在这种需要很强专业性的情况下，就坚决不碰。

(3)不贪便宜原则。天上掉馅饼的事往往是圈套，遇到这种“好事”或者“好人”，千万要当心，要经得起诱惑，一定要保持清醒的头脑，问问自己：凭什么我可以得到？人家可以轻易得到吗？我得到后要付出什么代价？有得必有失，要当心失去的会不会更多。记住：天上不会无端掉下馅饼来，当心有诈。

(4)不理睬原则。骗子一开始都是试探性的，对你不了解，等你开口说话后，他就会慢慢地从你的口中找出你的弱点，话说得越多，自己的弱点就可能暴露得越多，然后骗子就利用你的弱点实施诈骗。不说话，赶快离开，骗子摸不着头脑，诈骗就不可能得逞。因而不理睬、不说话是保护自己的一种强有力的方法。

(5)不轻信他人和书面确证原则。像前面所介绍的几种骗术，究其原因，都是大学生轻信他人的结果。要做到不轻信他人，凡事提高警惕，有一点常识须明白，如果有人找你做什么，特别是比较违反常理的事，首先让他证实身份，而且要当面、使用书面的证明证实，不能使用电话等口头方式，否则不能相信。

2. 关于“外因预防”有下面几个原则和要点：

(1)价格表原则。任何东西都有它的一个比较确定的价格。如果有人上门兜售商品，他会给这个商品开一个价，除非你已有十分确定的把握，否则，你可以到商店打听一下同类商品的价格，再做决定，这样就不容易上当受骗。

(2)一条线查到底原则。面对陌生人的某一身份，除非你确实知道，否则应仔细考查对方，抓住一个问题，一问到底。如在哪里工作？哪个部门？具体担任什么职务？有多少人共事？单位的地址电话？然后打个电话到他的单位里问问有无这个人，当然不能光问有没有，

还要查一下他的底，如性别、年龄、特征等细节。若是有假，应该可以查出来了。

(3) 与上级组织联系原则。学生在遇到一些不能很好地解决或者不应当由个人来解决的问题，应当及时与学校保卫部门、学工部、团委等组织取得联系，听取学校老师的意见或者交由他们处理，或者请新闻媒体予以帮助。

(4) 交友有选择，把握好交往的分寸。大学生在交往中，要交品质好的朋友，要选择志同道合的朋友，这种关系要建立在高尚的、有良好道德情操的基础上。切忌凭“哥们义气”、“江湖义气”结交一些酒肉朋友。对那种“来无影、去无踪”、无固定工作的朋友，要少结交；这些朋友多半是劣迹斑斑的社会小混混，可能是偷、骗、敲诈，样样俱全，要十分当心。而且在朋友交往过程中，要特别注意把握分寸。对于初次见面的朋友，要学会“听其言、观其行”，头脑冷静，不要轻易向对方交底；当涉及到有关利益时，要理智地分析，三思而后行，切不可轻信而贸然行事，否则可能后悔不已。

三、如何预防短信诈骗

(一) 警惕六种手机短信诈骗新形式

1. 发送虚假“刷卡”消费信息实施诈骗。犯罪分子首先冒充银行工作人员编发短信，谎称客户持银行卡在某地商场进行了巨额消费，请持卡人回复“客服电话”核实。当持卡人信以为真拨打该电话询问有关情况时，犯罪嫌疑人即顺势采取第二步操作，一方面称银行内部职工有实施职务犯罪的行为，想将持卡人账户上的钱转走；另一方面称已设立了调查部门，正在对“银行内鬼”进行调查，需要持卡人积极配合，并拨打指定电话咨询。若持卡人拨打该电话核实，则立即有自称是银行调查部门的人员以持卡人账户安全受到威胁为由，要求持卡人提供账号及密码，在就近的 ATM 柜员机上将钱转到指定的“安全”的账户上，由此完成诈骗过程。

2. 设计“巨奖”陷阱实施诈骗。犯罪嫌疑人利用相关设备群发虚假中奖信息，当短信接收者拨打指定电话询问时，即要求需预先支付个人所得税、公证费、手续费等费用后才能领奖，一步步将受害人引入圈套。

3. 谎称可提供“六合彩”信息实施诈骗。犯罪分子利用相关设备群发短信，谎称可为彩民提供准确的“六合彩”中奖信息，只需向指

定账户汇入钱款，即可得到中奖号码。此类诈骗在城市已无市场，但在城乡接合部或农村地区仍有较大的诱骗性。

4. 以谎称发生意外事故实施诈骗。犯罪分子先摸清受害人及其家庭情况，继而以电信或移动公司调试线路为由，要求受害人家属暂时关闭手机或拔掉固定电话电话线，随后拨打受害人电话，谎称其家人发生交通事故或生病住院，要求速汇款到指定账户。当受害人拨打家人电话进行核实时因无法拨通，一时救人心切，不及细想，往往上当受骗。

5. 以招聘酒店“公关”为名实施诈骗。犯罪分子利用相关设备群发短信，以高薪招聘“公关先生”为幌子，要求受害人到指定酒店面试。当受害人到达指定酒店再次拨打电话联系时，犯罪分子并不露面，声称受害人已通过面试，向指定账户汇入培训、服装等费用后即可上班。

6. 以公司拍卖或出售低价材料、走私汽车、电器或以合伙做生意为名，群发短信实施诈骗。

(二) 预防短信诈骗切记：

(1) 在任何时间、任何地点、对任何人都不要同时说出自己的身份证号码、银行卡号码、银行卡密码。注意：绝对不能同时公布三种号码！

(2) 当不能辨别短信的真假时，要在第一时间先拨打银行的查询电话。注意：不要先拨打短信中所留的电话！

(3) 不要用手机回拨电话，最好找固定电话打回去。

(4) 对于一些根本无法鉴别的陌生短信，最好的做法是不要管他。

(5) 如果已经上当，请立即报案。

(6) 不要对陌生短信回复——不相信、不贪婪、不回信，这是对付诈骗短信的杀招。

四、学生宿舍的防盗问题

(一) 学生宿舍常见的几种盗窃方式：

(1) “顺手牵羊”。趁主人不在，将晾晒在走廊、阳台等处的衣物盗走。如房门大开，主人不在，“顺手牵羊”者有可能还会“光顾”室内，窃物范围扩大到计算器、收录机、手表、文具、书籍等一切引起眼红的东西，尤其是现金。

(2)“乘虚而入”。主人不在，房门不锁，窃贼入室。这类窃贼手段比“顺手牵羊”者更辣，抽屉里、被褥下往往都要翻上一翻，胃口也比“顺手牵羊”者大，先盯住现金存折，其次是贵重物品。如果你居住的宿舍管理混乱，人员混杂，或是你的寝室老是不锁门唱空城计，则往往给“乘虚而入”者以可乘之机。

(3)“钓鱼”。用竹竿把你晾在窗外的衣服钩走，更有甚者还钩走你放在桌、凳上的衣服。夏秋之季，住一楼的同学如缺乏警惕，最易受这种危害。

(4)“撬门扭锁”。此类盗窃分子手段毒辣，撬开门锁的方式有多种，进门后抽屉、箱子往往撬个遍，满屋翻个底朝天。只要值钱的东西都盗，以价值高、易携带的物品为主。有的则专盗现金存折。

(5)“翻窗入室”。没有结实护栏，却又有易于翻越、攀登的窗户，包括门上气窗，窃贼都有可能翻入。“翻窗入室”者与“撬门扭锁”者的盗窃目标往往相近。

(6)“溜门行窃”。盛夏时节，一些男生或女生为图凉快，夜间睡觉不关门，小偷趁机入室偷窃“浮财”。有的小偷夜间先偷走门钥匙，白天找机会入室偷窃。一些学生夜间上厕所不锁门，小偷利用时间差，快速入室抱起财物就跑。除上述六类外，还有偷配钥匙，预谋行窃的；也有以找人、卖东西等名义混入宿舍，伺机行窃的等等。

(二)发生盗窃案后的处理及防范措施

发生盗窃案件后，如何适当地处理，关系到能否顺利地查破案件、抓获犯罪嫌疑人。下面将阐述几种情况下的具体处理方法。

1. **应当立即保护现场**，停止其他一切有可能对现场造成破坏的活动，不能随意翻动室内的任何物品，留专人在宿舍门前看守，禁止无关人员进入现场，并立即通过电话或其他方式向学校保卫部门报案，直到保卫部门工作人员赶到现场。

2. **报案**。在一般情况下，要求同学们直接向学校保卫部门报案，而不必向地方公安机关报案或拨打“110”报案。因为高校属于内部保卫单位，依据有关规定，高校内发生的案件一般由保卫部门受理，如果案件重大，保卫部门会根据案件具体情况，报告上级公安机关处理或请求地方公安机关协助处理。报案以书面报案为原则，在紧急情况下，可以先口头报案。报案时一般要求填写《发生情况报告表》，同学们应当如实填写。

3. 做好事后补救工作。在完成犯罪现场勘查工作后，经工作人员许可，有关同学可以进入宿舍清理自己的物品，如果发现信用卡、存折、就餐卡失窃，应立即通过电话银行或直接向发卡银行及有关机构办理挂失手续。目前，就餐卡已被学校食堂、快餐厅以及小商店等多处地方采用，就餐卡在上述地点可以替代现金使用，用于购买食品、生活用品等，且不需要出示证件，就餐卡上又没有设置密码，小偷通常会将卡内的存款余额一次性消费殆尽。

4. 如实回答问题、反映情况。报案后，保卫部门或公安机关根据情况会向失主及有关同学了解情况，制作《询问记录》，有关同学应当如实回答所提出的问题、如实反映情况。反映情况时要实事求是，不能毫无根据地凭空想象，更不能随意捏造；要认真、仔细地回忆发生盗窃案的前后经过，不放过任何一个细节，力求准确而全面地回忆，从中或许可以发现疑点或线索；要打消顾虑，不要为了顾及同学的面子或感情而不愿反映情况，要如实地跟办案人员阐明自己对案件的一些看法。因为公安机关和保卫部门对每一个反映情况的学生都将保密，你所反映的情况，不会随意地让无关人员知晓。

5. 注意观察，积极提供线索，善于掌握证据、协助破案。宿舍发生盗窃案，窃贼可能就生活在你身边，或许还可能是自己寝室的同室同学，此时应当注意观察周围同学是否有反常表现，积极向保卫部门提供线索；一些盗窃案发生后，经调查可能暂时没有线索或证据而暂无法破案，此时同学们更应该注意，特别是内部人员作案的情况。即使暂时无法获得证据，但如果采取一定的措施，同学们想一些办法，还是能够获取一定的证据的。某女生寝室同学的钱物经常是一转眼就丢了，大家都怀疑同室同学马某，但就是没有证据。于是一同学在一张百元人民币上做了记号，并记下了人民币的号码，放在枕头下。过了不久钱又没了，同时发现马某却拿出了这张有特殊记号的百元钞票。学生向保卫部门报案后，经教育，马某交代了多次在寝室偷窃现金、物品的事实。

（三）学生宿舍内发现窃贼时的处理

1. 要保持一定的警惕性。同学们上课后或外出后回寝室，如果看到有陌生人单独留在寝室内，就应提高警惕，马上引起警觉，因为此类人员可能就是窃贼。此时应立即上前询问，如果陌生人拒绝回答欲离开或回答文不对题，则极可能是窃贼。

2. **要依靠同学的集体力量，注意控制嫌疑人，防止其逃跑。**如果发现宿舍有正在行窃的窃贼，要尽快通知其他同学，必要时可以大声招呼住在周围的同学和宿舍管理人员，一起来控制窃贼。大学生是有正义感的，如果听说宿舍里有小偷，不管认识与否，大多是会来帮忙的。

3. **要保持镇定，以正压邪。**做贼毕竟心虚，一般情况下，窃贼大多不敢轻举妄动，不至于对你的人身安全构成威胁，所以遇到窃贼，不要慌乱。如果只有你自己一人，而窃贼可能攻击你，应顺手拿起宿舍内可以用来自卫的工具，如扫帚、凳子等，并大声喝斥，对其形成威慑。

4. **要随机应变。**即使明知其是窃贼，可以故作轻松，故意误认为他是其他同学的亲友，和他随便交谈以拖延时间，等待其他同学的到来。在援兵未到来之前，要与窃贼保持一定的距离，占据有利地形，守在宿舍门口，以能控制窃贼逃窜为目的，防止其狗急跳墙。

5. **保持清醒头脑，危而不乱。**若窃贼冲出寝室，同学们应紧紧跟上，并利用熟悉的地形，分头迅速地守住宿舍楼的楼梯口和大门出口，同时报告宿舍管理部门和学校保卫部门处理；如果窃贼逃出宿舍楼，应紧紧追上，同时呼喊“抓小偷”。校园内师生员工众多，只要一喊，许多师生都会上来帮忙的。

6. **要依法办事。**抓获小偷后，应采取适当措施将其控制住，并立即向学校有关部门报告，也可以直接将嫌疑人扭送保卫部门。但同学们不能随意对窃贼进行殴打或搜身，否则是违法的。

7. **要牢记窃贼的主要特征。**如果因各种原因没能当场将窃贼抓住，应牢记窃贼的一些主要特征，如性别、年龄、身高、胖瘦、衣着、脸型、发型、口音、脸上有无疤痕、四肢是否残疾等，及时向公安保卫部门提供线索，以利于破案。

（四）学生宿舍的防盗工作与防范措施

学生宿舍一旦失窃，会直接影响到正常的学习生活，因而做好宿舍防盗工作尤为重要。具体而言应做好以下几点：

1. 在宿舍内尽量少放现金，平时身边只需留有少量零用钱，较大数额的现金务必及时存入银行开设活期账户，并预留密码，以免失窃。

2. 钱包、随身听、文曲星等物品，切记妥善保管好，在宿舍内不要随手乱放在桌上、床上等显眼处，放入抽屉或箱子则应及时上锁，

以免被他人顺手牵羊盗走物品或钱财。

3. 电脑、手机、相机等贵重物品，应妥善保管好，平时不经常用到的，最好不要放在寝室，可以将电脑放于安全的学生机房等处；在宿舍内给手机充电时尤其要注意保管好手机，最好人不要离开。

4. 最后离开寝室的同學，务必要锁好门、关好窗；装有三保险锁的，要上好保险；晚上临睡前，务必锁好门，即使在夏天也要如此，不要为了某些不带钥匙的同学而不锁门睡觉，否则会给犯罪分子以可乘之机。

5. 住一楼的同学还应特别注意关好窗，注意将衣物及贵重物品远离窗口放置，以免被他人从窗口“钩”走。

6. 保管好自己的钥匙，随身携带，不要乱放在桌上、床上，以免给他人有偷配的机会；不能随意把钥匙转借给外来人员或交他人保管；如果不慎丢失钥匙，要尽快向宿舍管理部门反映并及时更换门锁，以免被他人用拾到的钥匙开门入室盗窃。

7. 寝室门锁、窗及铁栅栏损坏的，寝室门如果与门框之间留有较大缝隙的，应及时向宿舍管理部门反映，请他们及时修复或者加装一块防插片装置，以免给小偷有可趁之机。

8. 宿舍内千万不要留宿外来人员。有的学生违反宿舍管理规定，将久未碰面的小学、中学同学或老乡等，擅自留宿在寝室，有的还交给钥匙，放心地留他们单独在宿舍。一些人就趁机在宿舍内实施盗窃，将宿舍内的现金及贵重物品席卷而空。

9. 特别注意来宿舍推销商品的外来人员。他们推销的文具、生活用品，不仅质量不能保证、价格不低，而且他们往往趁寝室无人之机，入室实施盗窃，有时还会利用学生没经验，以高价推销低廉的商品进行诈骗。如发现有推销人员，务必及时向宿舍管理员、公寓住宿中心报告或向保卫处报告，或直接将其扭送到保卫处。

10. 节假日、假期离校，不要将贵重物品留在宿舍，应随身带走，以免发生被盗等意外情况。

五、信用卡的安全使用

目前，利用窃取客户银行卡信息及密码，盗取钱款的案件时有发生。为避免损失，特提醒广大师生使用银行卡应注意如下事项：

1. 银行卡设置的密码一般不宜使用出生日期、家庭电话、手机号码等容易被人破译的数字；

2. 在购物消费或取款时不要随意将银行卡交给他人，按密码时注意保护个人信息；

3. 不要将银行卡密码告诉或泄露给别人，一旦泄露应及时更换密码；

4. 银行卡被 ATM 机吞卡时应及时与银行联系，谨防犯罪分子利用银行名义骗取银行卡信息和密码；

5. 银行卡在 ATM 机上操作时，谨防他人偷窥密码，操作完毕后不要忘记将银行卡取出，同时交易或查询单据要妥善保管；

6. 存、取款时发现 ATM 机等机体上的有不明装置，请立即拨打“110”报警电话；

7. 经常核对个人银行卡中的金额，适时更改银行卡密码，一旦发生银行卡被窃或遗失，应立即与该银行卡的银行联系并办理挂失手续，尽可能的避免个人损失。

六、防止拎包案件发生

要防止拎包案件的发生，最简单的方法是不带书包，再者是保管好书包、不将包放在小偷可能光顾的地方，无包可拎，自然就不会发生拎包案件。具体而言，应做到以下几点：

1. 如果可能的话，尽量不要带着书包去上课、自修，有关书本及物品随身携带，这样可以避免有丢包的麻烦。

2. 如果确实要带着书包，务必注意保管好，不要让包离开你的视线，离开放包的地方，哪怕是短短的一两分钟，也要把包带走。小偷就是利用你离开的这一时半刻，下手拎包的。

3. 如果确实要离开书包，切记要找一个安全有序的、有人的存包处，将书包予以寄存，千万不要在无人看管的地方存放包。在校内的图书馆、食堂、体育场（馆）等处，如果无人看管，不能随手乱放。

七、防止扒窃

1. 离开学校乘公交车过程以及在购物中心、商场购物时，心里要有防扒意识，保管好自己的随身物品，必要时紧紧保护好贵重物品。

2. 具体而言，在乘公交车时，上下车过程中，最好将书包抱在胸前，注意自己的衣服口袋和腰间的手机，不要为了与别人争抢座位而拼命拥挤，因为此时是扒手最容易下手的时机；在公交车上，不要将包背在身后，要注意在你旁边的陌生人，尤其是有意靠近你的人，如果他们手中有报纸或衣服之类的，就要特别留意了，因为很多扒手是

用衣服、报纸等作掩护，挡住人们的视线而下手扒窃的。

3. 在逛街过程中，应注意在你背后的人，防止扒手靠近，因为人在走动时，对带在身边物品的敏感度下降，扒手可以轻易打开你背着的包，而你却没有感觉。

八、防止自行车被盗

随着校内自行车的大量增多，自行车失窃不仅已经成为校园治安的一大难题，也是城市的一个突出的社会问题。高校内的自行车失窃案件逐年上升。为了有效地防止自行车失窃，请同学们做到以下几点：

1. 买新车时当场办理好证照，打上钢印；如果当场不能办理，务必及时、最好是当时就到市公安局非机动车管理所办理。这样即使被盗，公安机关破案后也能根据有关资料及时找到失主，否则即使查获赃车，也无济于事，因为没有失主的资料。

2. 在商店买东西、到食堂就餐等自认为离开车子时间很短情况下，千万不要为图“省事”，随便将车子停在路边且不上锁，要知道，小偷此时不出5秒钟就可以偷到这辆自行车。你这样无疑给偷车贼作案创造了极好的机会。据统计分析，相当一部分失主因未给车子上锁而造成失窃案。

3. 骑车外出时，应将车存放在有人看管的存车处；若无存车处，也应将车子停在有行人来往的明处，不要停在偏僻处。

4. 自行车失窃后及时报案。一些车主失窃自行车后，不及时到学校保卫部门或公安机关报案，有很大一部分车主甚至不报案，给公安机关查处该类案件带来麻烦，使窃车贼长期逍遥法外而继续疯狂作案。

九、如何识别传销和直销

根据国家工商行政管理总局、公安部、人民银行《关于严厉打击传销和变相传销等非法经营活动的意见》的规定，**传销或变相传销行为的特征**主要有：

1. 经营者通过发展人员、组织网络从事无店铺经营活动，参加者之间上线从下线的营销业绩中提取报酬的；

2. 参加者通过交纳入门费或以认购商品（含服务，下同）等变相交纳入门费的方式，取得加入、介绍或发展他人加入的资格，并以此获取回报；

3. 先参加者从发展的下线成员所交纳费用中获取收益，且收益数

额由其加入的先后顺序决定的；

4. 组织者的收益主要来自参加者交纳的入门费或以认购商品等方式变相交纳的费用的；

5. 组织者利用后参加者所交付的部分费用支付先参加者的报酬维持运作的；

6. 其他通过发展人员、组织网络或以高额回报为诱饵招揽人员从事变相传销活动的。

区分传销和直销，主要有以下几点：

合法的直销公司有自己的工厂，有自己的科研机构，生产和销售的产品都是国家批准的，公司和直销员是合作关系，利益是建立在销售商品的基础之上；非法传销公司没有自己的工厂，而是将其他厂家粗劣的产品逐层传销给下线会员，每一层都要加上中间利润，这种借着商品的转换而赚取中间利润的“间接贩卖”，使商品和实际的价格相差甚远，而且传销的层次越多，商品价格就越高，这样底层人员的产品根本卖不出去，而传销不准退货，经济上受到极大的损失。

1. 传销都是要有一个护身符的，也就是会宣传它的合法性，所以，工商营业执照都一应俱全。但是国家现在有个规定，就是从事合法直销的企业注册资金不能低于 8000 万元，而且要到当地的工商部门备案，而且从事合法直销要有国务院商务主管部门颁发直销经营许可证，具体的直销合法性，有心的朋友请咨询当地的工商部门比较合理。

2. 这个企业销售是不是以宣传产品为前提，还是直接的和你讲什么 21 世纪最后一个发财暴富的机会，接着给你大讲奖金制度，给你讲一年以后你的收入是多少多少万。如果是这样的企业的话，我劝你直接做一个动作就好了，那就是拔腿就跑，能跑多快跑多快，能跑多远跑多远。

3. 如果是非法传销企业销售的产品一般你在世面上找不到，主要目的是你不知道公司明明白白卖的，你稀里糊涂买的到底值几块钱，所以它的实际价值比较隐蔽。你可以找到和它同类型的产品的价格做比较就知道悬殊是非常大的。你也就明白了这个公司是为了获得高额的利润还是像他们宣传的为了让你发财。

4. 正规的直销公司是没有最低消费的，也就是没有一次性的几千几千的买一大堆自己根本用不完，甚至用不到，甚至送人都不知道送给谁的产品。更有的公司从你从事到你离开都没有见到产品是长什么

样子的。

5. 传销公司一般都是在一些偏远城市，或者大城市的不容易被注意的地方从事，一般都以家庭是聚会为主，生活都比较拮据，每天粗茶淡饭，公司的头目还美其名曰：艰苦朴素。这些都是有历史原因的，一般收取高额的入会费用以后，新加入的人员所剩无几，甚至有些人兜比脸都干净，没有办法才这样艰苦的。也许现在国家的生活水平好了，可能传销人员的处境也有了进步也说不定！不过我想不会好到哪里去。

6. 传销公司的每天的工作就是联系自己能联系到的任何人来考察，美其名曰：邀约。从事传销的人一般都以为对方找到工作了的名义去邀约新朋友来从事传销，还美其名曰“善意的谎言”，说这个谎言的时候一般你的上级领导都会陪同在身边，成功被邀约来的新朋友刚到以后不顾及旅途劳累就被已经加入的老朋友带着走访公司里的“成功人士”，接受轮番轰炸式的洗脑，内部叫串网或者串门。

7. 传销公司一般比较限制人身自由，但并不会那么直接，无论你走到哪里前面有人开道，后面有人保护，一天 24 小时，一周 7 天都会有人陪同，生怕你到了这个陌生的城市会转向找不到回“家”的路。其主要目的是防止你出去看了不该看的（报纸），听了不该听的（新闻），说了不该说的（传销），做了不该做的（回家），防止思想有什么变化对整个组织不利。

8. 合法直销规定从事销售活动的城市要有经当地工商登记任何的服务网点，而非法传销则没有任何服务网点。只是小规模集会形式存在和活动。也有一些传销公司打着香港 XX 公司，台湾 XX 公司，深圳 XX 公司的旗号在内地招摇撞骗，网络上一查，没有网页，工商局一查也没有备案。可惜沉迷在传销里面的人没有机会上网也没有机会去工商局查，只有一个手机，还只能在别人的看护下发被公司认可的信息第十：合法直销公司与销售人员都是要签订推销合同的，并且不会收取任何费用。而且还可以在签订合同了两个月内随时解除合同；而非法传销公司则一般不签订任何合同，即使签订合同也是签订不受法律保护的合同，并且不允许或者极力阻止解除合同。

9. 合法直销公司的销售人员必须有国家统一发的《直销员证》，而非法传销多数是公司自己在街边花 2 元一张自己制作的卡片充当证件，可是这个证件是很多传销公司给传销人员唯一的東西。从事传

销一年的最低花销也要1万元以上,最后就得了这么2元钱一张的卡,你才明白传销讲师天天给你的讲的稻草可以卖黄金的价值的真正含义。

10. 合法直销企业的培训师必须是本科以上学历,并且有相关的法律、市场营销专业知识,并且要有经国务院商务主管部门备案的培训员证件。国务院商务主管部门会将取得直销培训员证的人员名单,在政府网站上公布。而非法传销公司的讲师大多没有什么专业的知识,只是具有语言煽动力的组织头目或者从事传销相当长时间的资深的传销人。

11. 合法直销公司销售出的产品有退换货制度及出具国家认可的发票,并且有售后服务的网点联系方式,产品自销售之日起30日内,产品未开封的,可以退货,公司必须在7日内给予办理;非法传销公司基本不会出具任何票据,也并没有任何的退换货制度,也没有服务网点。

12. 合法直销企业支付给直销员的报酬只能按照直销员本人直接向消费者销售产品的收入计算,报酬总额不得超过直销员本人直接向消费者销售产品收入的30%。非法传销企业奖金制度很诱人,吹嘘在到达一定级别以后可以拿到自己发展人员的以及下面所有人员的百分之40甚至50的奖励。

以上这12点是可以区分开合法直销与非法传销公司了,希望刚走入迷途或者即将走入迷途或者还没有走入迷途的朋友们能更好的保护好自己,也能更好的保护自己的朋友和亲人

第五节 交通安全教育

当前,大学师生交通安全知识缺乏和交通安全意识淡薄两个方面,使得高校频频发生交通事故,如何有效的防范大学师生交通事故的发生,确保交通安全。下面提到的几个问题,应当注意。

一、步行

(一) 要确保步行安全,就应熟悉和遵守道路交通规则。

(二) 在人行道内行走要专心,横过行车道时须走人行横道,不要追逐、猛跑或抄近道跨越隔离护栏。

(三) 夜间行路要选择有路灯的地方。小心路边的障碍物、排水沟等。

(四) 雨天、雾天或雪天行路时尽量穿鲜艳的衣服或雨衣,以便

机动车司机能及早发现。

二、自行车交通安全常识

近年来，学生骑车的人数越来越多，随之而来的是，自行车车祸也开始增多。造成学生自行车车祸的原因，主要是平时缺乏教育，安全意识淡薄，不遵守交通规则。有些学生自我意识强，喜欢在众人面前表现自己，常常把自行车当作施展“才华”、表现“技能”的“道具”，诸如骑“飞”车，骑车横穿马路，强行超车，嬉戏打闹，带人骑车，在途中相互追逐，相互“逼车”等。遇上道路拥挤，车辆多，行人多，路面滑，就免不了要出车祸。还有，有些学生的自行车缺乏保养、维修，刹车失灵，也是闯祸的一大原因。

自行车肇事，不仅给肇事者本人带来皮肉之苦，乃至残废、死亡，而且给他人、家庭和社会也带来损失。因此，为了确保安全，骑车的学生应该接受交通安全教育，自觉遵守交通规则，避免骑快车、相互追逐等违章行为，强化学生的安全意识。

（一）自行车行驶“七不准”

1. 转弯前须减速慢行，前后注意，伸手示意，不准突然猛拐。
2. 超越前车时，不准妨碍被超车的正常行驶。
3. 通过陡坡，横过四条以上机动车道或途中车闸失效时，须下车推行。
4. 下车前须伸手上下摆动示意，不准妨碍后面的车辆行驶。
5. 双手不准离把或攀扶其他车辆或手中持物。
6. 不准扶身并行，互相追逐或曲折竞驶。
7. 大、中城市市区不准骑自行车带人。

（二）在路况较差的道路上行驶，车辆通过时尘土飞扬。无论风向如何，骑自行车人应坚持右侧通行，不得躲避扬尘而左右猛拐，给机动车造成措手不及。切忌不能饮酒，因酒后骑车发生事故致伤、致残、致死者已不为鲜见。骑自行车人要及时提高警惕，不要以为自己不违章不冒险就万无一失了，还要防止机动车、其他非机动车或行人的违章行为可能发生的事故。

（三）在慢车道骑自行车时，要注意避让驶入慢车道的机动车。因为公共汽车或其他车辆在停车前都要驶入慢车道，还有右转弯的机动车需要并线，这就与自行车发生冲突，如果骑自行车不注意避让机

动车，就很容易发生交通事故。另外，有时也会偶然间机动车失控闯入慢车道与自行车相撞。骑自行车从停着的汽车旁通过时，应十分留神，要按铃降低车速，发现情况及时捏闸，因为常常会发生汽车左侧车门突然打开，致使骑车人倒向路中间，被驶来的汽车碾轧的情况。

（四）在隧道、涵洞骑自行车行驶时，一定要紧靠右侧行驶，避让机动车。

另外，骑自行车时要注意避让执行任务的警车、消防车、工程抢险车、救护车，与这些特种车争道抢行是非常危险的。

第六节 出行旅游或登山时的安全教育

出行旅游或登山是广大师生喜欢的有益身心健康的运动，出行旅游或登山不仅可以增强体质，锻炼意志，而且通过饱览河山之美。如何做到安全出行，应该注意以下几个方面：

一、出行旅游或登山要结伴而行。切记不要攀登高峻险要、人们不常去的大山，要结伴而行，不要单独攀行。攀行前要搞清楚上山的路线，备好食品和出行旅游或登山用具。最好不要去深山高岭，应预测到那里的道路不方便，山势险要，也可能有野兽出来活动。上山要有向导带路，不能盲目行动。否则，容易迷路或发生意外事故。应随身配备通讯工具。

二、出行旅游或登山要精神集中。出行旅游或登山大都有山路可循，只要具备一定的体力，上下山并不是非常困难。在一些陡险地段，要谨慎缓行，精神集中，走路不观景，观景脚步停。走山路，特别是走下山的陡险地段，精神更要集中，每一步都得看准、走稳，严防踏踩上活动石块导致身体推动平衡而滑滚、摔伤。

三、出行旅游或登山还要随身携带一些急救外伤药品，如红汞药水、消毒纱布、急救包、创可贴、防蚊油、清凉油、虫咬药水以及蛇药等。山上气温变化大，高处山风大，气温低，应带足衣服。山上常常云雾缭绕，时晴时雨，因此，雨具也是不可缺少的。旅游或登山，还要注意山林防火。大学生游客一定要自觉遵守护林防火的规章制度，做爱树护树的模范。

四、出行旅游或登山时不宜饮酒、禁止吸烟。因为烟酒能加速心跳或高血压，增加心脏耗氧量，降低心脏功能，减弱体力，对出行旅游或登山很不利，宜携带足够的饮用水、食物和水果等。

第七节 心理安全教育

心理健康是指具有正常的智力、积极的情绪、适度的情感、和谐的人际关系、良好的人格品质、坚强的意志和成熟的心理行为等。心理健康与一个人的成就、贡献、成才关系重大。心理健康是大学生成才的基础，心理健康可以促进大学生全面发展健康的心理品质是大学生全面发展的基本要求，也是将来走向社会，在工作岗位上发挥智力水平、积极从事社会活动和不断向更高层次发展的重要条件。那么，如何能够让自己保持心理健康，培养自立、自强、自律的良好心理素质，锻炼自己的社会交往能力、使自己在变幻复杂的社会环境中，作出选择适宜自己角色的正确抉择，敢于面对困难、挫折与挑战，追求更加完美的人格，为事业成功奠定坚实的心理基础呢？

第一，培养良好的人格品质。良好的人格品质首先应该正确认识自我，培养悦纳自我的态度，扬长避短，不断完善自己。其次应该提高对挫折的承受能力，对挫折有正确的认识，在挫折面前不惊慌失措，采取理智的应付方法，化消极因素为积极因素。挫折承受能力的高低与个人的思想境界、对挫折的主观判断、挫折体验等有关。提高挫折承受能力应努力提高自身的思想境界，树立科学的人生观，积极参加各类实践活动，丰富人生经验。

第二，养成科学的生活方式。生活方式对心理健康的影响已为科学研究所证明。健康的生活方式指生活有规律、劳逸结合、科学用脑、坚持体育锻炼、少饮酒、不吸烟、讲究卫生等。大学生的学习负担较重，心理压力较大，为了长期保持学习的效率，必须科学地安排好每天的学习、锻炼、休息，使生活有规律。学会科学用脑就是要勤用脑、合理用脑、适应用脑，避免用脑过度引起神经衰弱，使思维、记忆能力减退。

第三，加强自我心理调节。自我调节心理健康的核心内容包括调整认识结构、情绪状态，锻炼意志品质，改善适应能力等。大学生处于青年期阶段，青年期的突出特点是人的性生理在经历了从萌发到成熟的过渡之后，逐渐进入活跃状态。从心理发展的意义上说，这个阶段是人生的多事之秋。这是因为，经验的缺乏和知识的幼稚决定了这个时期人的心理发展的某些方面落后于生理机能的成长速度。因而，在其发展过程中难免会发生许多尴尬、困惑、烦恼和苦闷。另一方面，我国正处在建立社会主义市场经济和实现社会主义现代化战略目标的关键时期。社会情况正在发生复杂和深刻的变化，社会竞争日趋激

烈，生活节奏日益加快，科学技术急剧发展。这种情况也会在早晚要进入社会的青年学生中引发这样或那样的心理矛盾和心理冲突，例如父母下岗、家庭生活发生变故、学习成绩不佳、交友失败、失恋等。这些心理问题如果总是挥之不去，日积月累，就有可能成为心理障碍而影响学习和生活。让学生正视现实，学会自我调节，保持同现实的良好接触。进行自我调节，充分发挥主观能动性去改造环境，努力实现自己的理想目标。所以大学生在学生过程中应学会自我心理调适，做到心理健康：

1. 保持浓厚的学习兴趣和求知欲望。学习是大学的主要任务，有了学习兴趣就能够自觉地跃入浩瀚的知识海洋里遨游，拼命地吸取新知识，发展多方面的能力，以提高自身素质，更好地适应社会发展的需要。

2. 保持乐观的情绪和良好的心境，大学生应保持积极乐观的情绪、愉快开朗的心境，对未来充满信心和希望，当遇到悲伤和忧愁的事情要学会自我调节，适度地表达和控制情绪，做到胜不骄、败不馁、喜不狂、忧不绝。

3. 保持和谐的人际关系乐于交往心理健康的学生乐于与他人交往，在交往中能用理解、宽容、友谊、信任和尊重的态度与人和睦相处。通过人际交往，使他们能够认识大学生的社会责任，培养遵守纪律和社会道德规范的习惯。增强心理适应能力，能与他人同心协力、合作共事，与集体保持协调的关系，保证大学生心理的健康发展。

4. 保持良好的环境适应能力。对大学生心理产生影响和作用的环境包括生存环境、成长环境、学习环境、校园环境等。

第四，积极参加业余活动，发展社会交往。丰富多彩的业余活动不仅丰富了大学生的生活，而且为大学生的健康发展提供了课堂以外的活动机会。大学生应培养多种兴趣，发展业余爱好，通过参加各种课余活动，发挥潜能，振奋精神，缓解紧张，维护身心健康。通过社会交往才能实现思想交流和信息资料共享。发展社会交往可以不断地丰富和激活人们的内心世界，有利于心理保健。

第五，求助心理老师或心理咨询机构，获得心理咨询知识。心理老师具备了较雄厚的理论功底和生活实践经验，对学生所面临的心理问题具有良好的解答方式和处理技巧。大学生在必要时求助于有丰富经验的心理咨询医生或长期从事心理咨询的专业人员和心理老师。心

心理咨询是指通过人际关系，运用心理学方法和技巧，帮助来访者自强自立的过程。从心理咨询具有治疗功能的角度来说，心理咨询属于心理治疗，作为一种治疗方法和治疗手段，心理治疗的对象主要是正常人和有轻度心理障碍的人。通过咨询者与求询者的交谈、指导，针对求询者的各种心理适应和提出的问题，帮助求询者正确地认识到自身心理问题的根本原因；引导求询者更为有效地面对现实，为求询者提供建立新型人际关系的机会；增加求询者的心理自由度，帮助求询者改变过去的心理异常，最终恢复健康的心理。心理咨询兼有心理预防和心理治疗功能，通过心理咨询，为咨询对象创设一个良好的社会心理环境和条件，提高其精神生活质量和心理效能水平，以实现降低和减少心理障碍，防止精神疾病，保障心理健康的目的。

第八节 日常生活安全教育

上边我们讲到的关于师生安全的几个大的问题，现在我们将着重讲讲在平时日常学习、生活中几个常见的安全问题。

一、用电安全教育

（一）日用电器造成人身伤害的防范的方法

电器在使用过程中由于使用不当、老化、产品质量低劣或其他原因，可能引起电器损坏、人员伤亡、火灾等事故。对日用电器造成人身伤害的防范的方法有：

（1）用绝缘物把带电体封闭起来，或设置屏护装置，使各种日用电器保持一定的距离。使用日用电器时一般可采用保护法，使漏电通过日用电器的外壳或从地线直接流入大地。目前先进国家大都采用人身触电保护器，使触电事故锐减，这种开关在电表旁，当触电电流增至10—30毫安时在0.1秒内开关就会自动跳开，切断电源。使用这种漏电开关后日用电器也不必接装地线了。

（2）对于使用电器的学生应加强教育，同寝室间应互相提醒，使其不能稍有疏忽，不得在寝室违章用电或者私接电源，否则会造成严重的后果。

（3）屋内灯头插座不要太多以免误碰触电。随着日用电器的增加，许多房间内的电线线路和插座显得不够用了，一般采用的办法是在一个插头上装一个多孔插座，用以连接台扇、台灯等，这是很不安全的。使用多孔插座连接日用电器，一定不要超过线路负荷，在插入和拔出时要格外小心，捏插头的手一定要捏在安全绝缘处，另一手握

住插座，一次性插入或拔出其中一只插头时，要注意防止因其他插头短路而触电。要防止无意乱摸，防止防水或灰尘导电。

(二) 发生电器事故后的处理

使用日用电器，必须重视安全，防患于未然。万一因某种原因，不幸发生电器火灾或人身触电事故，就应立即进行妥善紧急处理，消除危险，避免损害扩大。

对于电器失火，应该首先关上电源开关，切断电源，然后救火。如果在切断电源以前，就急于用水扑救，因为一般水都能导电，往往火没能扑灭，人反而发生触电事故。因此凡因电器失火，又没能准确地切断电源，只能用砂土压制或用四氯化碳、二氧化碳、干粉灭火器扑救。

对于人身触电事故，抢救必须迅速。人体触电时间愈久，损害愈大，生命就愈危险。因此使用正确的救护方法，使受害者迅速脱离电源是最为重要的。

一旦发生触电，必须就近关断日用电器的开关或拔掉电源插头，一时拉不开电源开关的，就应该用带绝缘的钳子、刀斧等刃具将电源线割断，同时要注意割断后的带电导线不要再触到旁人身上。如果触电人自己还有知觉，那就应奋力跳起来，离开地面，因为手脚脱离了带电导体和地面，流经人体的电流因失去通路而消失，于是就自行摆脱了危险。当触电人不能摆脱电源时，抢救的人可使用干燥的木棍、竹竿、衣服、绳子等工具，使触电人脱离电源。特别是用手去拉触电人的衣服时，抢救人自己应该穿绝缘鞋或站在干燥木板上，用干燥的衣、帽、围布将手包住，做好应急的绝缘措施，以防在抢救过程中触电。

二、学生实验中的防爆炸性伤害的安全防范

爆炸是化学物品保管、使用和储存、实验、科研活动中最常见事故之一，极易造成人身伤亡，因而它是一种十分严重的灾害事故。

爆炸事故主要有以下三种类型：一是物理爆炸，如因内部压力过高、压力容器破裂而发生的爆炸；二是化学爆炸，如氧化剂与可燃剂接触或雷管、炸药一类化学物品在一定条件下发生的爆炸；三是物理化学爆炸，如在化工生产或化学实验中，因技术条件控制不好，容器中物料膨胀加速或温度上升，导致压力过大、超过容器极限而发生的爆炸。

防止爆炸伤害，必须做到以下几点：

（一）思想上对于爆炸事故的性质、危害应当随时有足够的认识，从而引起高度的警觉。

（二）加强对化学物品的保管、使用和储存的管理，做好实施设备特别是压力容器的定期检验。

（三）参加实验时，必须严格遵守操作规程和操作步骤，在教师或实验人员的指导下顺利完成实验。

（四）在与爆炸物品接触时，要做到“七防”：防止可燃气体粉尘与空气混合，防止明火，防止磨擦和撞击，防止电火花，防止静电放电，防止雷击，防止化学反应。

三、食物过敏的防治

要防止食物过敏，首先应该弄清引起过敏的究竟是哪种食物。一般最容易引起过敏反应的，一是水产品，包括鱼、虾、蟹及贝类，其中鲑巴鱼、沙丁鱼、黄鱼、螃蟹、黄泥螺最易引起过敏；二是禽蛋、乳、肉类。如果多次食用该种食物又每次都引起过敏症状，则可确定它是致敏源。

解决的办法当然是戒吃此种致敏食品。但有时致敏的是营养价值较高的乳、蛋类食品，绝对不食又会有损健康，那么该怎么办呢？

一种方法是**脱敏法**。比如对牛奶过敏的同学，可采用稀释脱敏法，将牛奶稀释 30 倍、28 倍、26 倍、24 倍，依次将稀释倍数递减，直到能饮用全乳。对鸡蛋过敏者也可采取同样方法进行脱敏处理。脱敏处理后的食品需经常食用，以免间隔时间一长，再次食用又引起过敏；另一种方法是**改变食品的烹饪方法**。比如吃鲑巴鱼过敏时，可略加雪里蕻菜进行清蒸或红烧。这能使鱼中致敏的组织胺含量下降 65% 以上。也可用双蒸法，即先加盐和醋少许，将鱼清蒸 30 分钟后弃汤，再加各种佐料烹调。

已发生过敏者，则应适当休息，多饮水，避免强烈的日光照射，口服大量维生素 C 及抗过敏药物。也可服用一些清热解毒的中草药。有皮疹及瘙痒者可涂止痒搽剂，或用野艾香樟木穗各 150 克，煎汤洗浴患处。

四、食物中毒的预防

（一）食物中毒分类

引起食物中毒的物质，称病源物质。由于引起食物中毒的病源物

质多种多样，因而将食物中毒分为细菌性中毒、植物性自然中毒、动物性自然中毒、化学性食物中毒和真菌毒素食物中毒等类型。

（二）预防食物中毒

食物中毒一般分为细菌性食物中毒和非细菌性食物中毒两大类。在日常生活中，因进食被细菌及其毒素所污染的食物而引起的食物中毒较为多见。讲究卫生，妥善保管好食品，避免苍蝇叮爬。剩饭菜在天气炎热时容易腐烂，越是营养价值高的鸡、鸭、鱼、肉，腐烂变质以后，引起的食物中毒越严重。吃了带有病菌的食物，如果病菌已经产生很多毒素，或者细菌在肠道内生长繁殖，产出大量毒素，这些毒素被吸收后，人就会中毒，成为细菌性食物中毒，简称为食物中毒。

食物中毒所出现的症状，也因病菌种类不同，症状各异。有呕吐、发烧、腹痛、腹泻，与急性胃肠炎的症状想象，故称为“急性胃肠炎型的食物中毒”；还有以呕吐、腹内剧痛、高烧和严重脱水为主。严重时，有虚脱、皮肤发紧、抽风和昏迷，故称为“类霍乱型食物中毒”；还有一类葡萄球菌毒素引起的食物中毒，恶心呕吐、脱水、肌肉抽筋，严重的可以引起虚脱，不发烧或者只有低烧，或者腹痛、头痛等等。发现食物中毒可做下述应急处理。

第一，病人应该躺下休息。

第二，只要不吐或者呕吐停止之后，可以吃点流质食物，像米汤、鸡蛋羹、藕粉一类的东西，等症状好转，病情转轻，不妨吃点半流质食物，如稀粥、面片汤等，但须忌油腻，也不能吃带刺激性的食物，如辣椒、胡椒等。如果呕吐，就不要吃东西，可喝些茶水或淡盐水，以补充吐泻所失掉的水分。不然人会虚脱，陷入缺水的危险境地。

轻症，可请医生开点药；如果病情加重，症状凶险，出现虚脱时，要迅速送医院请医生治疗。

五、安全饮水

水是人们生活中必不可少的东西。人体总重量的 55%—80%是由水分组成的（男子占 65%—75%；妇女占 55%—56%，儿童占 70%—80%）。水分占了血液的 83%，肌肉的 75%，坚硬的骨骼中也含有水。人体内各种细胞都需要水分才能发挥正常功能，这些水分分布在人体的各个部分，起着调节体温、运送营养、排泄废物、滋润身心的重要作用。如果人体内的水量少了，会感到口干；含水量失去 10%—20%，生命就有危险，人若是一周以上不喝水，很可能丧命。水对人体健康如此

重要，因此饮水一定要注意：

（一）不要开怀畅饮。有的人口渴难忍时，见到水或饮料不顾一切地开怀畅饮、狂饮、滥饮。过量的水进入体内，造成反射性地出汗，使体内水分丧失更多，得不偿失；而且，大量出汗会导致体内缺盐，引起热痉挛，出击缺盐病症，甚至危及生命。另外，短时间过量饮水，会加重心、肾负担，超过人体调节能力，还会发生“水中毒”。

（二）不要大量喝饮料。饮料大多含有一定糖分，饮料中糖分越高，渗透压也越高，越不易为细胞所吸收，反面会带走细胞内水分，容易引起体内失水。再说，以冷饮解渴常难以达到目的，导致频繁暴饮，对消化道是一个以突然方式给予的冷刺激，会引起消化道异常蠕动和功能紊乱，导致腹痛腹泻等。

（三）不要口渴时才饮水。口渴表明人体中水分已失去平衡，人体细胞脱水已达到一定程度。如果这时才饮水已为时较晚，可能已给身体带来不良影响。

（四）不喝被人畜尿、垃圾脏物、农药化肥、工业废水等污染的水源。

（五）不要喝生水。未经消毒的生水含有细菌和寄生虫卵等，所以喝生水容易生伤寒、痢疾、肝炎、肠炎等疾病。喝生水不卫生。漱口、洗菜用水，也要用干净水。饮用井水、河水的家庭应进行消毒或过滤。

（六）不喝烧过又烧和在热水瓶里放了数天的开水。因为里面的亚硝酸盐增多了，而亚硝酸盐是一种对人体极有害的东西，易诱发癌症。同样道理，蒸锅水也不能当开水饮用。

六、拒绝烟酒

在日常生活中，吸烟和饮酒对眼睛的影响，常常被人们忽视。其实，长期吸烟和过量饮酒不仅对人们身体上的内脏器官有害，甚至对我们珍贵的视觉器——眼睛，也是有害无益的。

酒的主要成分是乙醇，饮过量酒后全身皮肤会发红发热，这由于乙醇抑制了收缩血管中枢，使全身小血管扩张的缘故。在眼部则表现为眼球结膜充血。若结膜经常充血，局部组织营养欠佳，易发生导性结膜炎等。其中含少量的甲醇，对视网膜有明显的毒性作用，可导致视神经萎缩。

吸烟对眼睛有什么影响呢？现已查明，长期吸烟或过量饮酒都能

引起人体脂质代谢的紊乱，而脂质代谢紊乱则是动脉粥样硬化的主要原因。人的眼球组织中的视网膜部分，像照相机内的底片在眼球成像动量守恒定律起着关键作用。全身动脉的粥样硬化，毫无例外也会累及视网膜，表现为血液渗出和视网膜缺血。轻则视图锐减，重则视野缺损，终身伤残。

七、人身防雷

人身防雷就注意以下几点：

（一）大雷雨时，不要蹲在露天处，尤其不要站在高处，要远离电线杆、水塔、大树、水车棚、看瓜棚等突出物 8 米以外，不要站在高楼墙边，更不要靠近避雷网接地引线。如果周围地方平坦开阔，人不要站立或奔跑，因为人在跳动时，背后空气会形成负压，这时如地面上有球形雷，它会随风跟着人滚动，使人遭到雷击。正确的躲避方法，应该是迅速找到低处、小坑或水沟边趴下来。

（二）要避免携带的东西突出身体以外，在田里劳动遇雷雨时，不要扛着锹、锄乱跑，应放下金属农具，就近找低洼处趴下躲避雷击；在广阔地带遇雷雨，不要使用带金属柄的雨伞，可穿着雨衣。

（三）为了防止雷电波沿着低压进线窜入室内损坏日用电器，在雷电密集时或电源电压受到干扰时，最好停止使用日用电器，关掉电源。

（四）雷雨时，在户内应注意雷电侵入波的危险，应离开照明线、电动线、电话线、广播线、收音机线、收音机和电视机天线，以及与其相连的各种设备，以防止这些线路或设备对人体二次放电。调查资料说明，户内 70% 以上的对人体二次放电事故发生在相距 1 米以内的场合，相距 1.5 米以上的尚未发现死亡事故，由此可见，在雷暴时，人体最好离开可能传来雷电侵入波的线路和设备 1.5 米以上。应当注意，仅仅拉开开关对防止雷击是起不了多大的作用。

第九节 自我保护教育

大学师生在实际学习和生活中往往容易受到来自社会和内部的侵害，而当面临侵害威胁时，又不能有效的保护自己，显得很懦弱。因此，加强师生的自我保护教育，提高自我防卫能力显得十分重要。

一、大型公共活动安全

当前，大学师生参加大型公共活动日益频繁，它对于丰富生活、

开拓视野起到了良好的促进作用，但大型公共活动中的安全也是一个不容忽视的重要问题，大型公共活动中常见的安全问题有：

（一）火灾事故

在大型公共活动的各类安全问题中，火灾事故的发生比例是很高的，而且一旦发生，则伤亡惨重，损失巨大。

重大火灾事故一般发生在相对封闭的场馆或室内，火灾的诱因也多种多样，其中不乏有众多的人为因素，一方面是消防管理薄弱，防范工作不到位，从而导致火灾隐患在某种条件下演变为火灾；另一方面，个别参加大型活动的师生安全意识不强，违反安全管理制度也可能成为引发火灾事故的原因。

因此，在参加大型公共活动中，一定要严于律己，遵纪守法，这不仅能够展现大学师生的文明形象，同时也是自己和他人安全的保障。

（二）群体纠纷

群体纠纷分为个人与群体的纠纷、群体与群体的纠纷两大类。尤其是群体与群体的纠纷，在大型公共活动中比较常见。出现这类安全问题，不仅损害了大学师生良好形象，损害了学校的声誉，妨碍了内部团结，妨碍了学校之间，单位系部之间的团结，有时还可能酿成刑事治安案件。

（三）其他突发事件

俗话说天有不测风云，各种隐患的存在是绝对的，万无一失只是一种理想的状态。在大型公共活动中突发性事件除火灾和群体纠纷外还包括：地震、房屋坍塌、暴雨、翻车、沉船、爆炸等。这些情况比较难于预见，但并非完全不能避免。一般说来，要成功脱险，与当事人较强的心理素质、自我防范意识、应急自保能力是分不开的。

（四）大型公共活动中安全问题的预防对策

1. 提前防范，增强预见性。

首先要对公共场所内的情况进行基本了解。注意观察场所太平门、安全出口、安全通道、安全部位的位置。万一发生突发性事件，方能从容脱险。要能识别事故的先兆，不要参加管理松弛、秩序混乱或存在明显安全漏洞的公共活动。另外，发现周围的同学和朋友正在做有损安全的事，要把它视为对自己的威胁而加以制止。

2. 要沉着冷静，随机应变。

大部分事故都有突发性，使人猝不及防，无数经验证明，事到临头，临危不惧，保持冷静的头脑，理智的状态是能否化险为夷、转危为安、甚至死里逃生的重要主观条件。

3. 要准确判断。

唯有判断准确才能保证采取准确的行动。准确判断是在极其危险的环境中，必须在极其短暂的境遇时做出。判断内容主要包括：一是发生了什么事、规模及危险程度；二是大家及自身处境；三是能够争取的时间；四是能够借以的工具、物品等；五是摆脱险境的条件；六是群体互助的利弊。准确判断可以减少行动的盲目性、曲折性、无效性，增强其针对性、及时性和有效性。任何大型公共活动中的逃生自救活动，都是以个人的心理素质和相关知识、技能为基础。一旦遇有事故、灾难、事件等，要善于趋利避害，因势利导，化解不利因素，增强有利条件，充分使用尽快脱险的手段，使大家逢凶化吉，逃脱险境。

4. 态平稳，避免过激言行。

公共活动的场合，因为人多而集中，人与人之间的摩擦在所难免，心态平稳、避免过激言行是特别重要的。无论在任何情况下，凡遇到这种情况，首先要保持平稳的心态，心平气和的同对方谈话，以理服人。不强词夺理，不要恶语伤人，要文雅，不讲粗话，互相尊重，不讲大话，不盛气凌人，这并不说明你软弱可欺，而恰恰证明了你的修养所在。其次，要保持健康的心理，一方面，在参加一些具有对抗性的大型公共活动时，如体育比赛等注意保持情绪平稳，避免偏激的言行；另一方面，在参加大型公共活动时要有所甄别，认识到参加哪些活动对自己有益，哪些活动不宜于自己，尤其要谨慎参加社会上举办的某些公共活动。

5. 自我克制，防止矛盾激化。

矛盾的发生和进一步的激化往往和互相不能自我克制，不能冷静对待有着紧密的联系，无论争执和矛盾由哪一方引起，都要保持冷静的态度，绝不可情绪激动，要大度些，虚怀若谷，对于那些可能发生摩擦的小事，要宽容，最好一笑了之。在发生矛盾时，要认真听取他人意见，认真进行自我批评，宽容他人的过失，处理好相互间的矛盾，要做到自己绝不用言语先伤害别人，当别人用语言伤害自己的时候，也能承受得起。

6. 遵章守纪，服从统一管理。

首先，大型公共活动一般都有组织者安排专人带队或有专门的安全保卫人员，他们对现场的情况会有比较全面的了解，也能比较及时地发现场内的不安定因素，同时具有一定的防灾避险知识，一旦发生紧急情况，他们会按预定部署进行事态平息或人员疏散工作，从而使事故的危害后果降到最低点。而作为众多参加人员中的一员，在沉着应变、准确判断的前提下，要正确理解指挥员下达的命令，同时做到整体服从、原则服从与机动灵活相结合。遇有事故，要在指挥者的命令下有秩序的撤离。大型公共活动中如发生安全事故时，指挥人员一般会要求受害群体采取多元、多向紧急疏散措施，所以，大家要克服趋同与从众心理，不要向同一方向狂跑。慌乱的人群高度密集，必然会堵塞通道，形成互相挤踩，为减轻损失的后果，这样的教训是非常惨痛的。

另外，如果允许，要积极协助他人脱出险境。未受伤的要救助伤者，强者要救助弱者，男同学要救助女同学，青年要救助老年，竭尽全力争取全体成员都脱离险境，这都是在群体自救中必须遵循的原则之一，是无声的命令。

总之，只要大家在灾难面前保持清醒的头脑，采取科学的逃生手段，步调一致，共同努力，大型公共活动中的安全问题是可预防的，各种灾害、灾难也是可以战胜的。

二、校园抢劫案件的防范

抢劫，是指以非法占有为目的，以暴力胁迫或者其他方法施行将公私财物据为己有的一种犯罪行为。抢夺，则是指以非法占有为目的、乘人不备公然夺取他人的财物的一种犯罪行为。这两类犯罪行为都会侵犯他人的人身权利，且容易转化为凶杀、伤害、强奸等恶性案件，比盗窃犯罪更具有社会危害性。

（一）案发时要尽力反抗。只要具备反抗的能力或时机有利，就应发动进攻，以制服或使作案人丧失继续作案的能力。

（二）与作案人尽量纠缠。可利用有利地形和利用身边的砖头、木棒等足以自卫的武器与作案人形成僵持局面，使作案人短时间内无法近身，以便引来援助者并对作案人造成心理上的压力。

（三）实在无法与作案人抗衡时，可以看准时机向有人、有灯光的地方或宿舍区奔跑。

（四）巧妙麻痹作案人。当已处于作案人的控制之下而无法反抗时，可按作案人的需求交出部分财物，并采用语言反抗理直气壮地对作案人进行说服教育，晓以利害，从而造成作案人心理上的恐慌。切不可一味地求饶，应当尽力保持镇定，与作案人说笑斗口，采取默认方式表明自己交出全部财产并无反抗的意图，使作案人放松警惕，以便自己看准时机进行反抗或逃脱其控制。

（五）采用间接反抗法。是指趁其不注意时在作案人身上留下记号，如在其衣服上擦点泥土、血迹，在其口袋中装点有标记的小物件，在作案人得逞后悄悄尾随其后注意逃跑去向等。

（六）注意观察作案人，尽量准确记下其特征如身高、年龄、发型、衣着、体态、胡须、语言、行为等特征。

（七）及时报案。作案人得逞以后，很有可能继续寻找下一个抢劫目标甚至还竟敢在作案现场附近的商店和餐厅进行挥霍。所有高校一般都有较为严密的防范措施，能及时报案和准确描述作案人特征，有利于有关部门及时组织力量布控，抓获作案人。

（八）无论在什么情况下，遇到抢劫时只要有可能就要大声呼救或故意高声与作案人说话。

三、高校校园滋扰案件的防范

滋扰，从广义的角度讲，是指外部人员无视国家法律和社会公德而寻衅滋事、结伙斗殴、扰乱社会秩序等行为。从狭义的角度讲，滋扰主要是指对校园秩序的破坏扰乱，对大学生必须提高警惕，尽力预防和制止外部滋扰，以保证学生教学、科研和生活正常有序地进行。

（一）大学生受外部滋扰的常见形式

1. 校内外的不法青少年通过多种途径与少数大学生进行交往，如发生矛盾或纠葛，便有目的的入校寻衅滋事、伺机报复等。

2. 有的社会不法青年，在游泳、购物、看电影、参加舞会、参看比赛、甚至走路等偶然场合，与大学生发生矛盾，有时进而酿成冲突。

3. 有的不法青年，专门尾随女同学或有目的地到学生宿舍、教室等处侮辱、骚扰、调戏女生，甚至对女同学动手动脚，致使女大学生受到种种伤害。

4. 青少年犯罪团伙邀约到校园内斗殴滋事，从而使围观或路过的大学生无端遭殃。

5. 外来人员与学生争抢活动场地、喧宾夺主，从而引发矛盾和冲

突

6. 一些游手好闲的青少年，把学校变为玩乐所，在学校内游逛，或故意怪叫谩骂、吵吵嚷嚷，或有意扰乱秩序，以搅得鸡犬不宁为乐，显得旁若无人，不可一世，似乎“老子天下第一”。大学生作为学校的主人，与这类人员发生正面冲突的可能性很大。

7. 有的不法青年，喜欢在师生休息的时候不停地拨打电话，或者无聊地谈天说地，或者口吐污言秽语，以搅得人不能入睡为乐，这就是电话滋扰。

8. 少数无赖之徒，千方百计地打听异性大学生的姓名，然后不停地给其写信，不是低级庸俗的谈情说爱和恶语中伤，就是莫名其妙的恐吓和威胁，甚至敲诈勒索，从而造成被害人在精神上非常痛苦，这既是信件滋扰。

滋事者大多是一些优劣、行为不轨的青少年。这些人行动的目的和动机往往比较短浅，只顾满足眼前的欲望而不顾后果，容易受偶然的动机和本能所支配，他们自制力差，微不足道的精神刺激即可使之陷入暴怒和冲动之中。有些则结成团伙，蛮横无理、为所欲为、称霸一方。入校滋扰者，有的事先有明确的目的，有的并无确定目标。无论是哪种形式，受滋扰的对象往往都是大学生。一些地处城郊结合部或周围居民点密集的院校，受滋扰的程度可能会更厉害一些。

（二）大学生对待外部滋扰的防范措施

寻衅滋事是典型的流氓活动。在校园内故意起哄、强要强夺、无理取闹、追逐女学生或女教师等流氓行为，不仅直接危害师生员工的人身和财产安全，而且还会破坏整个校园的正常秩序。对此，除学校有关职能部门和社会的公安机关等组织力量防范和打击外，师生遇有流氓滋事，都有义务进行抵制和制止。只要有人挺身而出，发动周围的师生共同制止，流氓即使人多势众也不可能为所欲为。一般情况下，在校园内遇有流氓滋事，一方面要敢于出面制止或将流氓分子扭送有关部门，或及时向学校保卫处门报案，或打“110”电话报警以便及时捉获犯罪嫌疑人，予以惩办；另一方面，要加强自身的修养，冷静处理，不因小事而招惹是非，积极慎重地同外部滋扰这一丑恶现象作斗争是义不容辞的责任。具体地说，大学生在遇到流氓滋事时，应注意把握以下几点。

1. **提高警惕，作好准备，正确看待，慎重处置。**面对违法青少年

挑起的流氓滋扰，千万不要惊慌而要正确对待。要问清缘由、弄清是非，既不畏惧退缩、避而远之，也不随便动手，一味蛮干，而应晓之以理，以理待人，妥善处置。

2. 充分依靠组织和集体的力量，积极干预和制止违法犯罪行为。如发现流氓滋扰事件，要及时向学校有关部门报告，一旦出现公开侮辱，殴打自己同学等恶性事件，要敢于见义勇为，挺身而出，积极地揭露和制止。要注意团结和发动周围的群众，以对滋事者形成压力，迫使其终止违法犯罪行为，对那些成群结伙，凶狠残忍的滋事者，只有依靠群众，依靠集体的力量才能有效地制止其违法行为，对滋事者形成群起而攻之的局面。

3. 注意策略，讲究效果，避免纠缠，防止事态扩大。在许多场合，滋事者显得愚昧而盲目，固执而无赖，有时仅有挑逗的言语和动作，叫人可气可恼而又抓不到有效证据。遇到这种情况，一定要冷静，注意讲究策略和方法，一方面及时报告并协助有关部门进行处理；另一方面采取正面对其劝告的方法，注意避免纠缠，目的就是避免事态扩大和免得把自己与无赖之徒置于等同地位。

4. 用法律武器保护他人和保护自己。面对流氓滋扰事件，既要坚持以说理为主，不要轻易动手，同时又要注意留心观察、掌握证据。比如，有哪些人在场，谁先动手，持何凶器，滋事者有哪些重要特征，案件大致的经过是怎样的，现场状况如何，滋事者使用何种器械、有何证件，毁坏的衣物和设施是什么，地面留有什么痕迹，等等。这些证据，对查处流氓滋事者是很有帮助的。

大学生除积极防范和制止发生在校园内的滋扰事件外，更应加强自身修养，不断提高自己的综合素质，严格要求自己，决不能染上流氓恶习而使自己站到滋事者的行列中去。

四、高校学生对性骚扰或性侵犯的防范

一般认为，只要是一方通过语言或形体有关内容的侵犯或暗示，从而给另一方造成心理上的反感、压抑和恐慌都可构成性骚扰。性侵害，主要是指在性方面造成对受害人的伤害。性骚扰和性侵害是危害大学生身心健康的主要问题之一。由于两性的社会地位和角色不同，相对而言，性骚扰和性侵害的对象常以女生为多。因此，女大学生了解一些性侵害的基本情况、掌握一些基本对付方法，是很有必要的。

（一）容易遭到性骚扰、性侵害的时间和场所

1. **夏天**，是女大学生容易遭受性侵害的季节。夏天天气炎热，夜生活时间延长，外出机会增多。夏季校园内绿树成荫，罪犯作案后容易藏身或逃脱。同时，由于夏季气温比较高，女生衣着单薄，裸露部分较多，因而对异性的刺激增多。

2. **夜晚**，是女大学生容易遭到性侵害的时间。这是因为，夜间光线暗，犯罪分子作案时不容易被发现。所以，在夜间女大学生应尽量减少外出。

3. **公共场所和僻静场所**，是女大学生容易遭受性侵害的地方。这是因为公共场所如教室、礼堂、舞池、游泳池、车站、码头、影院、宿舍、实验室等场所人多拥挤时，不法分子乘机袭击女生；僻静之处如公园假山、树林深处、夹道小巷，楼顶晒台、没有路灯的街道楼边、尚未交付使用的新建筑物内等。

(二) 积极防范以避免发生性骚扰、性侵害

1. **筑起思想防线，提高识别能力**。女大学生特别应当消除贪小便宜的心理。对一般异性的馈赠和要求应婉言拒绝，以免因小失大。谨慎待人处事。对于不相识的异性，不要随便说出自己的真实情况，对自己特别热情的异性，不管是否相识都要倍加注意。一旦发现某异性对自己不怀好意，甚至动手或有越轨行为，一定要严厉拒绝、大胆反抗，并及时想学校有关领导和保卫处门报告，以便及时加以制止。

2. **行为端正，态度明朗**。如果自己行为端正，坏人便无机可乘。如果自己态度明朗，对方则会打消念头，不再有任何企图。若自己态度暧昧，模棱两可，对方就会增加幻想、继续纠缠，在拒绝对方的要求时，要讲明道理，耐心说服，一般不宜嘲笑挖苦。中止恋爱关系后，若对方仍然是同学、同事、不能结怨成仇人，在节制不必要往来的同时仍可保持一般正常往来关系。参加社交活动与男性单独交往时，要理智地有节制地把握好自己，尤其应注意不能过量饮酒。

3. **学会用法律保护自己**。对于那些失去理智、纠缠不清的无赖或违发犯罪分子，女大学生千万不要惧怕他们的要挟和讹诈，也不要怕他们打击报复。要大胆揭发其阴谋或罪行，及时向领导和老师报告，学会依靠组织和运用法律武器保护自己。千万注意不能“私了”，“私了”的结果常会使犯罪分子得寸进尺，没完没了。

4. **学点防身术，提高自我防范的有效性**。一般女性的体力均弱于男性，防身时要把握时机，出奇制胜，狠准快地出击其要害部位，即

使不能制服对方，也可制造逃离险境的机会。同时，要注意设法在案犯身上留下印记或痕迹，以备追查、辨认案犯时做证据。

五、大学生参与赌博的危害及防范

赌博是一种丑恶的社会现象，是利用赌具，以钱财作赌注，以占有他人利益为目的的违法犯罪行为。大学生一旦参与赌博，其危害将是多方面的。

1. **违反校纪校规。**参与赌博很容易上瘾，既花费精力又浪费时间，从而不可能遵守学校正常的作息制度，同时也不可避免地要违反校纪。有的因为长期熬夜，精神萎靡不振，就难免迟到、早退、旷课，即便勉强进了课堂，注意力不可能集中。若晚上“挑灯夜战”，势必会诱发火灾隐患。

2. **影响正常秩序，破坏同学关系。**赌博又是群体的违法犯罪活动，直接牵涉人际关系。一旦参与赌博，赢了的不会满足，输了的总想着把输的捞回来，这样，往往会无休止地继续下去，势必会影响同学关系，同学之间的互助、友爱之情往往会被利害关系所替代。同时，赌博活动不可避免地要影响周围环境，大多数不愿参与赌博的同学有碍情面又不便或不敢出面直接制止，想学习、想休息、想从事其他娱乐活动者往往忍气吞声。时间一长，不满意、不信任的气氛必然产生。

3. **容易走上违法犯罪之路。**据有关部门统计资料表明，高校学生中因赌博被学校给予开除学籍、留校察看之事时有发生，而因赌博走上违法犯罪的现象屡见不鲜。学生王某，因长期参与赌博，输光了钱、饭菜票，便卖了衣服、计算器等抵账，后来，终于走上了盗窃道路。开始他只是顺手牵羊地在校内盗窃同学的现金、饭票等，后来，竟发展到盗窃学校的计算机，被判处有期徒刑。

有鉴于此，我们应从以下几个方面加强自我防范：

1. **要从思想上筑起保护墙，树立起“千里之堤，毁于蚁穴”这个理念。**大凡赌徒一开始都是以寻求所谓的刺激而放松放松为借口，逐步升级而染上赌博瘾的。因此，只有我们看透了赌博的本质，提高了思想认识，才能做到防微杜渐，远离赌海。

2. **要正确看待社会上的赌博现象。**随着人民生活水平的日益提高，不少人在工作之余搓搓麻将、打打扑克，以满足精神生活的需要。然而，作为一名大学生要正确看待这种现象。尤其是逢年过节回老家看亲朋好友聚在一起有钱物输赢来往的搓麻将、打扑克，既不要参与，

更不要把这种现象带入学校，以免影响同学之间团结，甚至荒废学业，断送自己美好的前程。

3. 要树立远大的理想。大学阶段是青春勃发、奋发有为的黄金阶段，我们必须十分珍惜，要把精力花到学习科学文化知识上去，努力提高自身的思想政治素质和业务素质。即使有剩余精力，也要合理分配，多参加一些积极向上、健康有益的活动，以不辜负党和人民的培养，父母的期望。

六、补充安全常识：

（一）怎么区分打架还手和正当防卫？

一般说来，打架还手的一方，不属于正当防卫！这是因为正当防卫的第一个条件是必须针对不法侵害行为，不法侵害行为包括有社会危害性的一般违法行为和犯罪行为，但主要是指犯罪行为，如杀人、强奸、抢劫、放火等，对这些行为，如果不果断采取防卫行动，使其停止非法侵害，将会对社会、对人身等造成重大危害。打架还手就不同了，甲动手打了乙，已完全可以通过合法途径，比如报告民警……，学生完全可以报告老师解决，没有必要一定要动手还击。动手还击引起互殴，不利于社会主义法制和社会秩序。所以，两人打架，不论何方被打致伤、致残，还手的一方一般不算正当防卫。如果因还手而使打架事态恶化，不论是先动手的造成的还是后动手的造成的，对方都要依法律负应有的责任。所以，避免打架是至关重要的。但如果遭到对方的非法暴力侵害，比如先动手的一方拿棍子或凶器施暴，你就应尽快躲开，脱离危险，并报告老师。但却不可以正当防卫为借口而还手打人，把事情闹大。

（二）发现有人跟踪怎么办？

上课和下自习途中，最好与同学结伴而行，遇意外时可以互相帮助。不要单独到荒凉、偏僻、灯光昏暗的地方。

当发现有人一直跟着你时，你不用害怕，你可以尽快到繁华热闹街道，商场等地方，想办法摆脱尾随者！

向路上大的机关单位求救，如去机关单位的值班室；向身边的路人求救；如果是在校门口，就给学校打电话，让老师或同学来接。关键是当只有你一个人时，要有警惕性，多动脑筋！

为此，生活中要多观察、记住家庭、学校周围的环境特点，尤其应熟悉派出所、治安岗亭、部队营区、大机关单位的地点。在紧急情

况下，可以在这些地方得到帮助。

(三) 预防侵害的基本方法是什么？

1. 义正辞严，当场制止。

当你受到坏人的侵害时，要勇敢地斗争反抗，当面制止，绝不能让对方觉得你可欺。

2. 处于险境，紧急求援。

当自己无法摆脱坏人的挑衅、纠缠、侮辱和围困时，立即通过呼喊、打电话、递条子等适当办法发出信号，以求民警、解放军、老师、家长及群众前来解救。

3. 虚张声势，巧妙周旋。

当自己处于不利的情况下，可故意张扬有自己的亲友或同学已经出现或就在附近，以壮声势；或以巧妙的办法迷惑对方，拖延时间，稳住对方，等待并抓住有利时机，不让坏人的企图得逞。

4. 主动避开，脱离危险。

明知坏人是针对你而来，你又无法制服他时，应主动避开，让坏人扑空，脱离危险，转移到安全的地带。

5. 诉诸法律，报告公安。

受到严重的侵害、遇到突发事件、或意识到问题是严重的，家长和校方无法解决，应果断地报告公安部门，如巡警、派出所，或向学校、未成年人保护委员会、街道办事处、居民委员会、村民委员会、治保委员会等单位或部门举报。

6. 心明眼亮，记牢特点。

遇到坏人侵害你时，你一定要看清记牢对方是几个人，他们大致的年龄和身高，尤其要记清楚直接侵害你的人的衣着、面目等方面的特征，以便事发之后报告和确认。凡是能作为证据的，尽可能多的记住，并注意保护好作案现场。

7. 堂堂正正，不贪不占。

不贪图享受，不追求吃喝玩乐，不受利诱，不占别人的小便宜。因为“吃人家的嘴短，拿人家的手软”，往往是贪点小便宜的人容易上坏人的当。

8. 遵纪守法，消除隐患。

自觉遵守校内外纪律和国家法令，做合格的中小學生。平日不和不三不四的人交往，不给坏人在自己身上打主意的机会，不留下让坏

人侵害自己的隐患。如已经结交坏人做朋友或发现朋友干坏事时，应立即彻底摆脱同他们的联系，避免被拉下水和被害。

（四）怎样对待网上认识的朋友？

网络的发展，让人与人沟通更方便、更快捷。但网上的人员同社会一样是形形色色的。所以，对在网上认识的朋友应保持一定的警惕性。不要轻易将自己家庭的情况告知对方，更不要轻易单独与之见面！

（五）当你一旦遇到危难时，请你运用下列方法：

1. 国际通用的求救信号是使用声响、烟雾或光照，频率是每分钟6次，停顿1分钟后，重复同样信号。

2. 在夜间可以用火堆求救，最好是三堆。白天可以使用烟雾，方法是先点燃一堆火，在火上放青草，就会发出白烟。

3. 可以用树枝、石块或衣服等物品在空地上做出 SOS 或其他信号，如可以将草地上的草拔出或割掉，形成 SOS 形图案。字要尽可能的大些，一般长度在5米--10米左右。

4. 常用的国际民航地空联络符号有：| 受伤需要医生；|| -- 需要药品；F-- 需要水和食物；X-- 不能前进；向上箭头-- 我正朝此方向前进。

（六）在你外出的时候，最好能做到下列几点：

1. 先告诉老师、同学或者父母自己去哪里，大约何时回来，与谁在一起，联系方法是什么。

2. 尽可能结伴而行。如果要单独外出，要走灯光明亮的大道，不抄近道走小路。

3. 在僻静的马路上，面对车流行走，不背对车流，以免有人停车袭击。

4. 夜晚单独外出，要带手电筒、哨子、报警器物品，万一被袭击，可用手电照射匪徒面部，吹哨求救等。

5. 不搭乘陌生人的顺路车。

6. 乘地铁时，和其他乘客坐在一起，尽可能坐在靠近站台出口的车厢，坐靠近车门的位置。

7. 乘公共汽车，尽量靠近司机和售票员。

8. 提包要斜挎在肩上，包不要背在靠马路一边，以防坏人抢掠。

9. 家门钥匙放在身上不易被发现的地方（如兜内、脖子上、衣服内），也不要放在包里，即使被抢，你仍可进家门。

10. 走夜路时，一定要昂首挺胸，即使害怕，也要抖擞精神，要让企图袭击你的人望而却步。

11. 如怀疑有人跟踪，应试着横过马路，看看那人是否仍跟着你。若该人紧跟不舍，你应跑向附近人多的地方报警求救。

12. 横穿地下过街道时，谨防抢劫者在地道两头围截，要结伴行走或跟随大人一起走。

13. 要尽量避免在无人的汽车站等车，这样，你容易成为坏人袭击的目标。

（七）当有人公然抢劫你的物品时，应采取怎样的自卫措施？

遇到抢劫时，应以保护自身生命和安全为首要原则，不要过多地顾及财物。不到万不得已，不要硬拼，避免造成更大的损失。关键时应大声呼救，及时报警。报警时，应确认对方是 110 报警台后再述说。尽量明确地告知出事地点、坏人的人数，是否有武器和交通工具的种类等细节，还要留下联系办法。如果你是处在和坏人周旋的危险中拨打 110，应注意隐蔽和轻声！

（八）溺水后的自救

每年，因游泳发生意外死亡的事故不在少数，其中大多数是由于溺水后抢救不及时造成死亡。应该回怎样救护呢？

1. **要大声呼救路人前来救人。**不要贸然下水救人，即便是水性好，在水中救人也很困难。

2. **要救人，最好是携带救生圈、木板等漂浮物去救人。**要注意，不要被落水的同学把你紧紧的抱住，否则会双双下沉。

3. **也可在岸边用长竹竿或绳子投向落水者，让他抓住，拉上岸，以协助其自救。**

4. **岸上抢救。**让溺水者平躺，头偏向一侧，协助其将口、鼻内的泥沙和水吐出来。假如呼吸很微弱或已经呼吸停止，要马上人工呼吸和在胸部正中进行压挤，帮助心脏恢复跳动。经过 20~30 分钟的抢救，也许会醒过来，眨眨眼睛或出现微弱的喘气。

5. **情况严重的，应在救人开始就拨打“120”急救电话，请医生来现场救护。**不要一救上岸就急着送医院，这样有可能路上出现险情。

第十节 教学、实验、实习及社会实践安全教育

一、体育锻炼中常见的生理反应及处置

在体育锻炼时，人们要在某一特定的环境中使机体承受一定的生

理负荷。人体活动过程的有序性受到暂性的破坏，使机体出现一些特殊的生理反应。我们应当对此有所认识，正确对待，避免陷入盲目性。

（一）肌肉痉挛

肌肉痉挛俗称抽筋，是肌肉不由自主地强直收缩的现象。常常令人疼痛难忍，无法活动。如在游泳时发生十分危险。运动中肌肉长时间连续快速收缩，得不到放松，容易引起肌肉痉挛。这在长跑、足球比赛中常见。运动中出汗过多，血液中钠离子含量过低，导致肌肉神经应激发提高，也是导致肌肉痉挛的重要原因。

肌肉痉挛时只要用力牵引痉挛的肌肉，使之充分拉长，症状一般可以得到缓解。局部按摩、热敷对缓解肌肉痉挛也有较好效果。预防肌肉痉挛要做到：①加强体育锻炼，提高机体对环境的适应能力和肌肉的工作能力。②冬季注意保暖，夏季注意补充盐分。③运动前做好准备活动。④不宜在低温环境中长时间活动。⑤疲倦和饥饿时不要进行剧烈的运动。

（二）运动性昏厥

运动性昏厥的症状为全身无力，头昏耳鸣，脸色花白，手足发凉，甚至突然昏倒失去知觉。此时血压降低，脉搏慢而弱。运动性昏厥常见的有两种——重力性休克和低血糖症。

重力性休克产生原因是运动中身体各部毛细血管处于扩张状态。停止运动后大量血液由于重力原因滞留在下肢，血液回流困难，造成脑供血不足，引起休克。因此，剧烈运动后应做整理活动，不要立即停止下来。如发生重力性休克，首先应当使患者平卧并抬高下肢，由下向上按摩，同时可以面部热敷，促进血液向心回流，增加头部供血量。

低血糖症是由于不按时就餐，空腹运动，血糖过低所致。对于低血糖患者适当补充糖分即可缓解。

二、体育锻炼中运动性损伤的预防和处置

（一）运动性损伤产生的原因及预防

造成运动性损伤的原因是多方面的，既与本人体质水平、运动基础有关，也与运动项目的特点及运动环境有关。其主要原因有：

1. **思想麻痹大意**是所有造成运动损伤的因素中最主要的一条。由于运动前不检查场地器材，预防措施不得力，好奇心重，好胜心强，容易在盲目和冒失的行动中受伤。

2. 运动前准备活动不充分，身体各器官系统未进入运动状态，容易造成运动损伤。

3. 运动时生理状态、心理状态不佳，注意力分散，过分紧张，力不从心。

4. 组织安排不当，纪律松弛，动作粗野，缺乏保护以及技术错误。

5. 场地环境器材设备及服装不符合安全要求。

只要我们加强安全教育，克服麻痹思想，提高预防意识；合理组织，科学安排体育锻炼；认真做好准备活动；加强运动中的保护与帮助。特别要提高自我保护能力。就能够最大限度地减少运动性损伤发生。

（二）常见运动性损伤的处置

1. 开放性软组织擦伤

（1）产生原因：皮肤被粗糙物磨擦引起皮肤表面损伤。如运动中摔倒所引起的皮肤擦伤。

（2）症状：毛细血管出血，血液从伤口慢慢渗出。常常自行凝固止血，危险性不大。

（3）处置：可用生理盐水或冷开水清洗伤口，伤口周围用酒精消毒，然后局部涂抹红汞。一般不需要包扎。严重时送医院处理。

2. 闭合性软组织损伤

（1）产生原因：肌肉、韧带、关节囊等软组织受外力或自身作用力过分拉长或挤压受损。如挫伤、扭伤、拉伤等。

（2）症状：局部疼痛，肿胀，皮下淤血，肌肉痉挛，活动困难。

（3）处置：初期处理方法是：制动、冷敷、加压包扎、高抬伤肢。即减少或停止局部活动，以免伤情加重。采用冷敷、加压包扎、高抬伤肢等手段以止痛、止血、减轻肿胀。伤后20—48小时的处置原则是活血去淤，消肿止痛。可进行热敷、按摩以促进局部血液循环，解除肌肉痉挛，加速血肿和渗出液的吸收，并减轻疼痛。恢复期应进行功能锻炼，防止损伤组织粘连或萎缩，促进组织愈合。功能锻炼时要注意循序渐进，逐渐增加活动的幅度、强度和运动量。

3. 关节脱位

（1）产生原因：关节脱位大多是外力作用所致，使关节的完整连接受到破坏。关节脱位常常伴随韧带及关节囊的撕裂，甚至损伤神经。

(2) 症状: 关节脱位后常出现关节畸形、局部疼痛、肿胀, 失去正常活动功能, 可能发生局部肌肉痉挛。

(3) 处置: 用夹板固定伤肢。如果没有夹板可将伤肢固定在躯干或健侧肢体上, 及时送到医院治疗。不要让非专业人员实施复位。

4. 骨折

(1) 产生原因: 运动中身体受到暴力撞击, 使骨的完整性遭到破坏, 造成骨折。骨折是一种恶性损伤, 后果严重。骨折分为不完全性骨折和完全性骨折两种。

(2) 症状: 骨折发生后患处立即出现肿胀, 伴有剧烈疼痛, 活动时疼痛加重, 常伴随肌肉痉挛, 肢体骨折部位可以发生变形。完全性骨折移动时可听到骨擦音。严重骨折时常伴有大量出血、神经操作及休克。开放性骨折还可能导致感染。

(3) 处置: 如出现休克应首先实行抗休克处理, 点按人中穴, 并实行人工呼吸或心脏胸外按摩。如伤口出血, 应实施止血及包扎。应在骨折部位固定之后及时送医院治疗。切勿由非专业人员整复, 以免造成新的损害。

5. 脑震荡

(1) 产生原因: 头部受到外力打击后, 使平衡器官机能失调, 引起意识和机能的暂时性障碍。

(2) 症状: 受伤后患者可能神志昏迷, 脉搏徐缓, 肌肉松弛, 瞳孔稍大但尚对称; 清醒后常有头痛、头晕、恶心或记忆力减退等症状。

(3) 处置: 立即让患者平卧, 头部冷敷; 如昏迷则指压人中、合谷穴催醒; 如呼吸障碍, 则实施人工呼吸。如仍出现反复昏迷, 或耳口鼻出血, 瞳孔不对称, 则表明伤情严重, 有可能颅内出血, 必须立即送医院抢救。轻度脑震荡一般可以自愈, 但要注意休息。

三、体育运动中常用的急救方法

1. 止血

(1) 冷敷法: 冷敷可以使血管收缩, 减少局部充血, 抑制神经感觉, 从而有止血、止痛、和减轻局部肿胀的作用。此法主要用于急性闭合性软组织损伤。

(2) 压迫法: 可分为指压法和止血带法。

直接指压法: 以消毒纱布覆盖伤口, 然后用手指压迫伤口, 以达

到止血目的。

间接指压法：用指腹压迫出血血管近心端处，如能压迫在相邻的骨面上最好。以阻断血液流动。

止血带法：常用的止血带有胶管、布带、毛巾、皮带等。实施时先将患肢抬高，然后在伤口近心端上方缚扎止血带。注意止血带的松紧以出血停止为度。为防止肢体远端坏死，一般止血带缚扎时间不超过 2—3 个小时，并且，应当每一个小时放松 5 分钟，然后，在另一个稍高的平面重新缚扎。

2. 搬运

较重的伤员经过现场急救后应及时安全送往医院。在搬运伤员时应当注意以下几点：

- (1) 搬运前尽可能作好患处初步处理，如止血、包扎、固定等。
- (2) 搬运动作要轻巧，迅速，尽量避免不必要的震动。特别是脊柱损伤患者，必须整体固定在担架或硬性代用品上，方能移动。
- (3) 搬运过程中应随时注意伤情变化，及时处理。

二、 外出实习时的安全防范

大学学习期间，根据专业教学计划安排，大学生需要离开校园到有关企业、事业单位特别是到工矿企业或野外实习，这个期间，大学生也应该注意搞好各项安全防范工作。

(一) 野外实习的安全防范

1. 大学生实习班组或实习团队进行编组时，要注意禁止一人单独进行野外实习。

2. 在野外实习时要集体行事，应指定专人负责安全工作，防止有人走散迷路。每到一个实习地，先要了解当地的治安情况及风俗习惯，并针对可能发生的问题采取切实可行的措施。

3. 注意防止被有毒动物咬伤或有毒植物刺伤，防止发生人身伤亡事故。

4. 夏天时要避免中暑，冬天时防止冻伤。增强安全意识，把确保人身安全放在野外实习首位。

5. 严格按照操作规程操作，避免损坏仪表仪器，此外，还应保管好各类重要资料。注意防火、防盗、防毒、防工伤事故。

(二) 厂矿、企业实习的安全防范

1. 不论在任何单位实习，都要服从该单位的领导，虚心向技术人

员、工人师傅学习，不得违反各项规章制度，确保操作安全。

2. 在厂矿、企业实习的大学生，应在实习前接受安全教育，学习安全法规，并在专人指导下学习并掌握有关的安全操作知识和技能。

3. 正确使用和保管个人劳动防护用品，保持工作场所的整洁，准确了解厂矿、企业内特殊危险工区、地点及物品，避免发生意外事故。

4. 工作前，应了解掌握需要使用的机器、设备或工具的性能、特点、安全装置和正确操作程序及维护方法，做到安全操作和规范操作。

四、勤工俭学中常见安全问题的预防对策

为适应高等教育改革的需要，增强大学生的自立能力，使大学生在德、智、体等方面能够得到全面发展，《中华人民共和国教育法》、《普通高等学校学生管理规定》等有关法律法规，明确规定大学生在校期间可以利用课余时间，通过自己的智力、专业特长和其他能力，为他人或单位提供劳动、咨询和技术服务。为此，不少高校随之也制定出台了有关大学生勤工俭学的暂行规定。大学生参加勤工俭学活动的人数及热情渐呈上升趋势，但他们思想还比较单纯，对错综复杂的社会情况还认识不深，很容易受到不法侵害。所以，大学生在勤工俭学活动中，要随时注意安全问题。主要有：

（一）不要轻信高薪诱惑、广告宣传，从而上当受骗。

（二）利用寒、暑假打工租房时一定要注意人身安全，千万不能疏忽大意。

（三）不可以勤工俭学活动为名，在校园内从事经商活动。

（四）不要为了赚钱，置校规校纪与自身安全于不顾，利用晚上到迪厅或酒吧伴舞、陪酒等。

加强大学师生安全教育，既是时代的呼唤，也是素质教育发展的必然要求。是维护大学生安全的一项基础教育，是学生素质教育的一部分，是人才保障的根本教育，它始终是贯穿于人才培养的全过程。发生学生安全事故，不仅仅是个别学生受到伤害的问题，还会牵动学生家长，波及其他学生的情绪，影响学院正常的教学秩序，甚至还会影响到局部地区的社会稳定。

宿州学院纪委（党校）

2012年5月