

# 你会保护自己吗



[你会保护自己吗\\_下载链接1](#)

著者:郑秋

出版者:第1版 (2004年1月1日)

出版时间:2004年1月1日

装帧:平装

isbn:9787030116611

本书从学会保护自己的重要性和必要性谈起，针对当前中学生发育提前而年龄滞后的问题，深入浅出地介绍有关自我保护的基本科学知识，努力培养中学生自我保护意识，增强自我保护的能力，通过生动有趣的典型案例，具体介绍如何保护自己的身体和心理，提供专业的心理指导和具体操作的应对方法。

作者介绍:

目录: 目录

一、保护自己——人生的一门必修课

1、生命因你而精彩——自我保护的重要性

2、成长，你准备好了吗？——必要的自我保护意识和技能

3、无师也自通——如何学习保护自己

二、危险，就在你身边——日常生活中的安全话题

1、一个人在家，你害怕吗？

2、现代居室中的安全规则

- 3、你知道如何安全用电吗？
  - 4、防火，不是儿戏
  - 5、看不见的危险——防止煤气泄漏
  - 6、学习的克星——谨防铅中毒
  - 7、厨房学艺，安全第一
  - 8、可爱的杀手——宠物带来的病
  - 9、保护你的牙齿
  - 10、保护你的耳朵
  - 11、保护你的“最高司令部”——谨慎用药
  - 12、小心“打”“听”——合便使用电话
  - 13、关系生命的电话号码
- 三、不怕一万，就怕万一——突发事件中的自我保护
- 1、老天爷的愤怒——如何避免雷击
  - 2、如果大地开始颤抖——如何在地震中逃生
  - 3、野外生存有术
- 四、自己的心情自己爱——保护你的心理
- 五、大人有大脸，小人有小脸——保护我们自己的权利
- 六、玫瑰也带刺——女孩的自我保护
- 七、虚拟世界中的真实保护——网络安全
- 八、都是“保护”惹的祸——过度自我保护
- · · · · (收起)

[你会保护自己吗 下载链接1](#)

标签

评论

-----  
[你会保护自己吗 下载链接1](#)

书评

-----

[你会保护自己吗 下载链接1](#)