

<<中学生逆境生存指南>>

图书基本信息

书名：<<中学生逆境生存指南>>

13位ISBN编号：9787511901897

10位ISBN编号：7511901891

出版时间：2010-7

出版时间：中国时代经济出版社出版发行处

作者：李明慧，门淑敏 主编

页数：166

字数：150000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<中学生逆境生存指南>>

前言

人类社会面临着各种各样自然灾害的威胁，台风、洪灾、地震、泥石流等各种自然灾害每年给人类生命财产造成重大损失。

仅2003年，全球就有约2.5亿人次受灾，7.8万人在灾害中死亡。

大量事实表明，防灾减灾意识不强，自救互救知识缺乏是灾害造成中学生伤亡的主要原因。

印度洋海啸、黑龙江沙兰镇惨案都给个人和家庭带来了巨大的伤痛，也给社会敲响了警钟。

对生命的尊重和珍视是人类社会永远不变的追求。

我们要对每一个生命负责，通过各种办法，增强公众的避灾自救意识，使公众能够掌握避灾自救基本常识、专业知识和技能技巧，提高公众避灾自救能力，把灾害造成的人员伤亡减少到最低程度。

避灾自救，珍爱生命，是公众的愿望，更是政府的责任。

为此我们编写了以避灾自救为主题的这样一套书，愿本套书能够在增强中学生的自救意识、自救能力、自救技巧方面提供一些有益的知识帮助。

除了自然逆境之外，中学生也常常会被社会上的一些事物所困扰。

社会上有诱惑，家庭中有分歧，学校中有摩擦，学习中有困难，加之中学生在思想和心理上的不成熟性，以及处理问题时的感性和简单化，很容易使中学生陷入困境，感到焦虑、烦躁、痛苦和迷茫，颇有“正入山圈子里，一山放过一山拦”的无奈。

这不仅影响了中学生的成长成才，对国家和民族也是一个巨大的损失，因为今天培养出什么样的学生，明天就造就什么样的社会。

对此，家长们也忧心忡忡，因为孩子不仅是他们生命的延续，更是他们的心灵寄托和希望所在。

那么，中学生如何才能突破困境，健康快乐地成长呢？

<<中学生逆境生存指南>>

内容概要

人生犹如大海行舟，不可能一帆风顺，困境、逆境、险境、绝境，我们都可能经历一二，而不同的年龄段经历的逆境又各不相同。

小学生人小力薄，一只小小的蜜蜂对于他们都会成为一个大大的威胁，他们的逆境更多来自于自然界；中学生正处于青春发育期，敏感而多疑，他们遇到的最大困境则来自于自己的心理；大学生开始体验独立生活，即将走向社会，各种问题接踵而至，他们的逆境更多的则来自于社会。

《青少年逆境生存指南丛书》根据三种不同年龄层次人群的特点，分别从自然逆境和社会逆境的不同角度，将他们可能遇到的困难罗列出来并加以详细的专门指点和解答，相信不仅能为身处逆境的青少年朋友们提供帮助，亦能为更多人指明方向。

<<中学生逆境生存指南>>

书籍目录

上篇 自然逆境生存指南 一、海啸袭来的时候 二、雪灾爆发怎么办 三、台风中的自救与互救 四、寒潮来临时如何避免被冻伤 五、掉进冰窟窿怎么办 六、大火袭来怎么办 七、如何防止沙尘暴侵害 八、车祸伤急救 九、地震急救原则 十、食物中毒的急救处理 十一、如果失事的飞机迫降 十二、在大水中成为弄潮儿 十三、野外遇险的对策 十四、被意外咬伤怎么办 十五、烫伤应急处理办法 十六、骨折和出血后如何做急救处理 下篇 社会逆境生存指南 一、厌学我该怎么办 二、失去挚爱的亲人时 三、怎样和长辈沟通 四、遭遇挫折时 五、被父母离婚的阴影笼罩时 六、克服虚荣建立自信 七、早恋时，处理好正常的异性关系 八、被网瘾困住时，学会抵抗诱惑 九、赶走考试恐惧这只“纸老虎” 十、恐怖事件也难不倒我 十一、当感觉被朋友抛弃时 十二、和老师发生矛盾时 十三、中学生违法犯罪的时候 十四、中学生如何走出写作困境 十五、帮助中学生摆脱性侵犯 十六、中学生不“寂寞”

<<中学生逆境生存指南>>

章节摘录

一、海啸袭来的时候海啸是一种灾难性的海浪，通常由震源在海底下50千米以内、里氏震级6.5以上的海底地震引起。

海啸波长比海洋的最大深度还要大，轨道运动在海底附近也没受多大阻滞，不管海洋深度如何，波都可以传播过去。

剧烈震动之后不久，巨浪呼啸，以摧枯拉朽之势，越过海岸线，越过田野，迅猛地袭击着岸边的城市和村庄，瞬时人们都消失在巨浪中。

港口所有设施，被震塌的建筑物，在狂涛的洗劫下，被席卷一空，海滩上一片狼藉。

海啸给人类带来的灾难是十分巨大的。

目前，人类对海啸等突如其来的灾变，只能通过预测、观察来预防或减少它们所造成的损失，但还不能控制它们的发生。

如果沙滩上海浪开始起泡泡，发出“吱吱”的声响，并且开始急速地退去的话，那么，你知道接下来会发生什么吗？

也许你不注意这些，但正是这三种大自然发出的海啸信号，曾经让一个小姑娘看懂，并且因此拯救了150多人的生命。

如果是你，你看得懂吗？

2004年12月26日，印度洋发生剧烈海啸，共导致20余万人死亡，但1930年发生的同等强度海啸，死亡率却低了很多。

美国的研究人员称，出现这种巨大差异的原因，在于沿海的居民1930年仍然熟知有关海啸的古老传说和经验，这些流传下来的古老经验在关键时刻救了他们的性命。

在美国地球物理学协会最近举行的会议上，美国加州大学客座教授西蒙·德公布了他的这项最新研究成果。

西蒙·德教授称，2004年发生的印度洋海啸席卷了印度尼西亚、泰国和巴布新几内亚等多个国家。共造成数十万人死亡。

<<中学生逆境生存指南>>

编辑推荐

《中学生逆境生存指南》：自然逆境固然可怕，社会逆境更加凶险，教会你自然逆境的生存本领，引领你走出社会逆境的层层陷阱，在生命的航程中绝处逢生在社会的博弈中左右逢源。

<<中学生逆境生存指南>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>