



## 新手下厨系列: 从零开始学做面点

定价: 15元  
作者: 甘智荣  
出版社: 安徽科学技术出版社



本书首先介绍了一些面点的基础知识,然后从发酵面团、冷水面团、烫面及温水面团、西点、中点五部分,从不同食材出发,图文并茂,介绍了常见多款面点的制作步骤以及技巧,让读者快速学会制作各种面点美食,享受舌尖上的美味。

## 新手下厨系列: 从零开始学烘焙

定价: 15元  
作者: 甘智荣  
出版社: 安徽科学技术出版社



本书首先介绍了一些烘焙的基础知识,然后从趣味零嘴饼干篇、松软绵密蛋糕篇、百变诱人面包篇、甜蜜诱惑派塔布丁篇出发,图文并茂,介绍了常见多款烘焙类美味西点的制作步骤以及技巧,让读者快速学会制作各种美味西点,享受舌尖上的美味。



● M.8698 男,合肥金融单位高管,48岁,1.74米,硕士,品貌气质佳,沉稳干练,离单(一女在国外),车房具备,经济优。诚觅40岁左右,大专以上,温柔知性,形象气质佳的女士爱相随。

● F.9620 女,合肥高校老师,40岁,1.63米,硕士,离单,温柔清丽,知性富内涵,有大套住房,经济优越。诚觅一位55岁以下,1.75米左右,品貌修养好,综合素质高的先生相识相知相爱。

(以上征婚信息由安徽爱之桥婚恋中心提供。有意者电话咨询: 0551-62839952。联系人: 崇老师。条件合适的单身朋友可携本刊至爱之桥办公室,免费安排约见)。

## 一封家书掀起“爱孩子”大讨论

# 爱子容易育儿不易 怎么做才不会错?

□ 朱世玲 记者 李皖婷

这两天,一封宁波父亲写给即将上北大儿子的家书在微信朋友圈里传疯了,这封家书言语朴实平淡,却感动了无数网友,有网友直呼:“看哭了!”

透过这封家书,网友们看到了一个懂事、独立,对人生方向有着清晰把握的孩子形象,更看到了一段对孩子的选择理解、包容、尊重和支持背后的深沉父爱,很多人更因此反思自己对孩子的爱是否得当。

爱子容易,育儿不易。如何去爱自己的孩子?这是很多家长都需要思考和学习的问题。心理专家提醒,对于家长来说,一旦方法不当,爱的越多,可能伤害也就越多。



## 困惑:我那么爱他,他却不领情

“我那么爱他,为了他我几乎放弃了一切,可他非但不领情,还恨我。”王丽(化名)是一个16岁男孩的母亲。在医院的心理咨询室里,她高高大大的儿子在旁边一言不发,只听得见王丽焦虑地诉说,时而唉声叹气。

在王丽的叙述中,一直以来,她对儿子的照顾都可谓无微不至,不仅包办了儿子的生活中的大小事宜,还放弃了自己原来

高薪的银行工作,把全部精力和时间都花在了儿子的身上。理由是儿子太小,什么都不会,有了自己的照顾,儿子才能全身心地投入学习。然而儿子并不领情,非但成绩不好,还对她百般抵触。平时两人一言不合儿子就会发脾气,不愿意和她交流,嫌她管得太多,有次吵架时甚至让她滚。王丽伤心之余,只有劝说儿子来一起来看心理医生。

## 解读:“直升机家长”会使孩子丧失存在感

“像王女士这样的家长无疑很爱孩子,结果却令孩子反感。”安徽省精神卫生中心心理专家韩丽娟表示,这类家长又称包办型家长,有人也称其为“直升机家长”,他们总是“爱”的过多,时刻围绕在孩子的身边,就像盘旋在孩子头上的直升机,随时解决孩子可能出现的问题。

在韩丽娟看来,对于还没有自理和独立能力的幼儿,家长这么去做无可厚非。但当孩子慢慢长大,开始凭着自己的能力去获取一些自我外在价值感的时候,妈妈

再挡在前面替孩子做好所有的事情,孩子不但不会感激,反而会丧失自己的成就感和价值感,继而对自己做出负性的评价——他会觉得自己是一个没用的人,什么事情也不会做。

而当孩子不可避免地遇到一些挫折,感受到与别人的差距时,孩子便会更加的自卑和懒散,开始仇恨父母的所作所为,对立、厌学等问题接踵而至,这与父母过高的期望值形成鲜明的对比,战争也就愈演愈烈。

## 支招:爱孩子的过程中应和孩子共同成长

孩子的问题往往折射出家庭关系的问题,父母对待孩子的方式反映出他们自己潜意识对自身的要求,如有的家长会把自已未实现的愿望寄托在孩子身上,一味追求成绩,不关注孩子的内心需要等。

那怎样才能做个合格的家长,不至于孩子在自己深深的关爱中受到伤害呢?韩丽娟支招说,教育孩子的过程也是“两代人

共同成长,与时俱进”的过程,家长要了解孩子的成长规律,同时反思自身冲突对孩子带来的不利影响。

“作为家长,我们要尊重孩子,了解孩子的需要,不能为他包办所有的事情,给孩子自己自由发展的空间。”韩丽娟建议,家长不要以“爱”之名去束缚孩子的手,打击他的自信心,桎梏孩子的创造力。

## 新闻延伸

### 爱孩子,记住下面这几条

- 1、你得爱自己。不爱自己的父母,总觉得自己活错了,世道和他人亏欠自己,自己有一大堆理想债没收回来。于是孩子成了还债的,一生下来就拿着“欠条”。
- 2、你得接受平凡。不爱自己的人,多半是因为无法接受自己的普通,对自己要求太高。
- 3、你得自我净化。你普通,为何接受不了孩子普通?你偷懒,为何容不得孩子一点疲倦?你为何不停纠正他,让他连睡

眠都不足?让他永远是失败者?

4、你要有自己的人生。你是你生活中最重要的人,你和你丈夫(妻子)的关系是家庭中最重要的人。为了孩子牺牲自己,损害健康,放弃事业,荒废性生活,这不是高尚,不是爱。

5、“冷漠”一点。别太热情,别太粘。给他独立、给他自由,让他掌控自己的命运,除此以外,你保持健康,给他多留点财产,都是最实在的爱。

分类广告咨询电话: 0551-62649617 62612696  
地址: 杏花公园北 100 米润安大厦 B 座 32 层

**DZ 大志投资 十年诚信** 咨询

- 1、项目投资、房地产投资、投资管理及理财咨询。
- 2、快速办理有房产、车辆抵押贷款咨询,欢迎同行合作。
- 3、互联网理财; 安捷财富: [www.haoinvest.com](http://www.haoinvest.com) 资金第三方平台独立托管(100%本息保障)
- 4、快速现金收购商业房产、土地及车辆等。
- 5、现有五万平米商业用房,对外出售或出租。
- 6、现有互联网股份上市公司,诚邀全国合作伙伴。

财富热线: 0551-65596118 4009619558

**旺铺租让**  
高档餐饮会所转让  
盈利中人气旺租金低,低价转元一名城,中西街 13955114090

**家 教**  
● 钱教师 一对一 免费试听可上门 130033087885

**老年公寓**  
● 蜀山区光明老年护理院(医护型) 65887717

**遗失声明**  
● 朱晨晨安徽警官学院学生证遗失,学号: 14208217, 特此声明