



新书推荐

《少林技击正宗》

定价:36元
作者:高翔
出版社:安徽科学技术出版社

内容简介:此书总结了少林派正宗技击术,其中包括少林古典技击入手、南北少林古典通行截手、古典少林拳之打法名势、南少林龙形拳临敌八势、北少林罗汉十八手、大力少林十三抓、少林武僧二十四炮、少林古传大开门分筋错骨擒拿法等,内容精湛实用,堪称绝招。



《少林精功七十二艺》

定价:31元
作者:高翔
出版社:安徽科学技术出版社

内容简介:“少林七十二艺”是与“武当三十六功”齐名的武林绝技,注重独练专修,如铁砂掌、朱砂掌、阴拳功、二指禅等内容,任何一功有成,均可威震武林。此书除详细介绍了七十二艺秘传练法外,还披露了许多内外兼修之要诀,如七十二艺与拳械、七十二艺难易、七十二艺法则、内外功解、外功心功、内外功“十要”“十忌”“十七伤”等,精功正轨,与众不同。



缘来
有你

●M.5276男,合肥市直单位公务员,45岁,1.73米,大学,离单,沉稳重情,儒雅谦和,经济优越。诚觅一位40岁左右,大专以上,肤白清秀,温柔贤惠的女士爱心永结。

●M.5519男,合肥科研下属单位工程师,30岁,1.75米,本科,未婚,品貌端庄,性情温和,素质高,经济住房待遇优。诚觅一位28岁以下,1.62米左右,大专以上,职业稳定,温柔娴雅的未婚女士相识相知。

●F.6889女,合肥大学副教授,36岁,1.65米,博士,离单,肤白貌美,温柔贤良,高知家庭,经济住房优越。诚觅46岁以下,1.75米左右,品貌好,素质高,富内涵的先生携手同行。

●F.6930女,合肥事业单位,27岁,1.62米,本科,未婚,秀外慧中,肤白气质佳,经济优越。诚觅一位34岁以下,1.70米以上,专科及以上,英俊儒雅,有事业富爱心的未婚未育先生牵手同行。

以上征婚信息由安徽爱之桥婚恋中心提供,条件合适的朋友可携本报至爱之桥办公室(三孝口百大CBD中央广场公寓楼2006室),免费安排约见。咨询电话:0551-62839952(崇老师)

孩子为何变成一点就着的“刺头”

专家提醒:可能患上破坏性情绪失调,别忘了及时就医

先来看看医院青少年科常见的案例。15岁的女孩小马被父母送到医院的门诊参加为期20天的心理治疗,原因是她一触即发的暴躁脾气,最终她被诊断为破坏性情绪失调,这种疾病如果没有及时治疗,很可能会发展为抑郁障碍和焦虑障碍。专家提醒,如果孩子过度“逆反”,别忘了带他去医院看看。

朱世玲 记者 李皖婷

案例: 这孩子为什么总惹是生非?

“龙龙不上学了,这咋整?”林达几乎是用祈求的语气向在外地工作的老公哭诉道。“咱龙龙不是班级前三吗?是不是学校里老师故意跟他过不去?”老公怎么都不相信,从前在学校里人见人爱的宝贝儿子,居然不愿意上学了。

这到底是怎么一回事呢?事情还得从一年前说起。

龙龙在一年前接连遭遇几件重大的事件,在课堂上因纪律问题遭遇了老师两记耳光,紧接着学校的运动会上因为和同学的争执,再次遭遇了同学家长的一顿暴打。学校的事情还未平息,一直和自己生活在一起的外婆又突然驾鹤仙去。

几件事压在一起,龙龙开始变得压抑、苦闷、郁郁寡欢,慢慢的开始叛逆、顶撞母亲,脾气也变得越来越暴躁,变成了一个喜欢惹是生非的“刺头”。他的无名怒火不知道什么时候会突然爆发起来,出手越来越重,在学校和同学一言不合就拳脚相向,慢慢成为不受欢迎的人。

林达以为孩子是叛逆期到了,觉得“不打不成器”,于是便喊舅舅一同教训,情况却变得更糟。龙龙变得沉默寡言,有时甚至还会落泪,顾影自怜。后来,龙龙开始出现学习困难,成绩也直线下滑,不但同学开始疏远他,老师也对他失望透顶。这让林达一筹莫展。

分析: 破坏性情绪失调或发展成抑郁症

“这个孩子患的是一种叫破坏性情绪失调的心理疾病,这种疾病主要见于儿童青少年时期,这种疾病如果没有及时治疗很可能最终会发展成为抑郁障碍和焦虑障碍。”安徽省精神卫生中心副主任医师李文飞说。

什么是破坏性情绪失调呢?在美国精神医学会最新的临床诊断手册里,破坏性情绪失调障碍(DMDD)被归在抑郁症分类里。这种疾病的核心特征:频繁地脾气爆发,可以是语

言上或行为上的,发病年龄多在6~18岁。

为什么孩子也会患上破坏性情绪失调?这与很多原因有关。比如在学习中,孩子经历考试不如意,学习压力过大,或者在生活中经历过变故等,就可能导致孩子患上破坏性情绪失调。

家庭教养对孩子性格的形成也有很大影响。因为孩子的性格起源于家庭,父母亲的言传身教,父母亲带给孩子是阳光快乐的,那么孩子就是快乐的;如果父母常吵架,或者父母吵架时说“如果不是因为孩子早就离婚了”,这样的话对孩子伤害特别大。

此外,患上此病也与孩子的神经发育有关系。

建议: 孩子逆反过度,家长要警惕

一般来讲,抑郁症有三种症状:情绪低落、思维迟钝、行为动作减少。所以当孩子出现破坏性情绪失调,家长反而不会往抑郁症这方面去想。

专家介绍,孩子在6岁~8岁会表现为调皮,在10岁左右进入心理断奶期,外在不断接近于成人,但内心却没有长大,想做主,但父母把他们当孩子,于是就出现逆反。情绪不稳定,每天像“炸弹”,一点就着,这样的孩子很烦躁,他们其实是用发脾气来掩盖内心的痛苦。

并非所有逆反的孩子都是破坏性情绪失调,但如果孩子逆反明显,出现上述例子里类似的情况,家长就需要警惕了。

专家也建议,家长要学会一些给孩子减压的方法,比如了解孩子情绪源头,让孩子表达,宣泄情绪。也可以引导孩子向环境表达,带孩子去打球、逛商场、唱歌、健身、游泳等。试着改变家里的环境,带孩子在家里做沙盘游戏等。

“孩子情绪得到适量宣泄,很多孩子就好了。如果还不行,要找专业的医生治疗。”李文飞说。