

每天都有七八个落榜生看心理医生

专家提醒:孩子情绪低落超一周,应引起重视

□晚报记者 邢进 通讯员 席娜
实习生 陈炜

本报讯 随着高校录取工作的结束,市八院又迎来了一年一度的高考落榜生心理问题高峰期。昨日,记者在该院了解到,进入8月份以来,心理科门诊平均每天接诊因高考产生心理问题的学生患者都在七八人次以上。该院心理科专家提醒,高考落榜的学生要注意心理调节,家长不可大意。孩子情绪低落超过一周以上,要到专科医院就诊。

高考失利,花季少女患上抑郁症

昨天上午,18岁的陈丽(化名)在家人陪同下到市八院心理科就诊。据她的家人说,今年是陈丽的第二次高考。去年,她的成绩可以上三本学校,但性格要强的她坚持要求复读一年。“孩子觉得自己平时的成绩不错,完全能考上一类本科,可没想到今年竟然落榜了。”陈丽的妈妈说,孩子完全不能接受这个结果,从得知成绩那天大哭一场之后,就躲在房间不肯出来。家人解劝也不行,她变得暴躁异常,冲父母发脾气。这种情况持续半个月了。经医生检查,陈丽已经患上了抑郁症。

而先于陈丽来就诊的林静(化名),也是类似的情况。林静从小到大成绩一直都很好,但高考意外失手,只考了300多分。性格内向的她受不了这个打击,情绪低落多天之后,家人发现跟她说话她都不理,也不肯吃饭,反应迟钝,还夜夜失眠,于是赶快带她来看心理医生。

宣泄、运动和出游都可让人放松

市八院心理专家杨勇超说,每年高考过后,都会有一个落榜生心理疾病的爆发期。“在目前的社会环境下,落榜生极易产生严重的自卑自闭心理。”这种心态如果不及时调整,就很容易导致抑郁症、强迫症、自闭症等心理疾病。落榜生调整心态,首先要接受失败,明白现实是无法改变的,不承认现实,就是不给自己重新开始的机会。

对于平时成绩差,个性有依赖的落榜生来说,复读并非明智选择,进行技术培训、找个适合的工作才是解决问题的出路。“否则,有些孩子在复读的压力下,更有可能患上心理疾病。”此外,适当的宣泄,是排遣心理压力的重要手段。“要面对父母、朋友、心理医生,把所有的痛苦都表达出来,用大声倾诉、大哭等手段宣泄不良情绪,恢复平衡。”户外运动和出游也可以达到放松的目的。

复读生要学会自我减压

高考落榜之后,复读是大部分考生的选择。高考失利心理问题和情绪的爆发期过后,如何以良好的心态进行接下来一年的学习才是最重要的。杨勇超说,复读的一年是父母和考生都寄予很大希望的一年,所以压力也就更大。所以,“对于复读生来说,学习目标虽然很明确,但不要每天强调,这样会给自己增压”。复读生要给自己制定一个明确的作息计划表,要保证充分的休息时间和睡眠时间,同时留出一定的娱乐时间。复读生还要抛开自卑心理,积极参加集体活动,在与同学的交流沟通中交换学习经验,千万不可一味死读书。



同学们拿到自己挣的钱,开心极了。

晚报记者 常亮 图

还没上大学就挣来助学金

□晚报记者 张竞映 实习生 郭宁
通讯员 余嘉熙

本报讯 “今天下午的车,晚上就能到家了。”拿着1600元工资和返程车票的准郑大学生冯义宽憨厚地笑着,黝黑的脸庞上满是开心。昨日上午,郑大新校区“暑期设岗工作总结暨勤工助学金发放仪式”上,除了冯义宽之外,还有79人领到了自己的工资和返程票。他们全是即将走进大学校门的准郑大学子。

“这个暑假我过得太有意义了。在这短短一个月里,我了解了郑大,认识了许多好朋

友,学会了合作、分享和感恩。”家在周口的张媛媛以607的高分被郑州大学电气工程及其自动化专业录取。由于家中的经济状况不是很好,全家人一直都在为她的学费发愁。拿着刚领到的1600元助学金,她为自己可以给家里减轻负担感到开心。

“暑期提前设岗助学”是郑州大学的一项长效工作,即为高考成绩突出、家境贫寒的优秀新生提供勤工助学岗位,用劳动报酬的方式给予他们一定的物质资助,帮助他们树立自强自立意识。该活动连续开展3年来,已有139名家庭经济困难的学生获益。



金龙鱼调和油产品配方 荣获 国家发明专利 专利号:ZL02108374.6



金龙鱼食用调和油切实关注国民油脂营养的科学摄取,平衡膳食脂肪酸技术取得突破性进展,产品配方喜获国家发明专利。