



常被同学嘲笑 初三女生想弃学

开学前后,泉州市第一医院心理门诊接诊了多位厌学的孩子;如何帮助这些孩子?心理医生来支招

N海都记者 刘薇

周一,泉州14岁的初三学生小茹(化名)没有像之前一样走进教室,而是来到了医院心理咨询室。小茹说,同学常常嘲笑她,说她又胖又丑,她讨厌上学。

经测评,小茹患有中度抑郁、重度焦虑。记者了解到,开学前后,泉州市第一医院心理门诊主治医师贺佳接诊了几位厌学的孩子,包括初中生、高中生。厌学原因有多种,包括被同学语言欺凌,这些孩子很多以受害者的姿态来就诊。

学生自述:“他们笑我又丑又胖”

“他们笑我又丑又胖,我实在是不愿去学校了!”3月4日上午,小茹在妈妈的陪同下走进泉州市第一医院心理门诊。

小茹告诉贺佳主治医师,这一年多来,她被班里大部分同学孤立。无论她做什么事,他们都有意无意地嘲笑她,他们会模仿她的动作、她的神态,有时

还会把足球故意打到她身上,而其他同学只会在一旁看热闹。在班上她只有一个朋友,因为与她交朋友,这个朋友有时也会受到嘲笑。她把情况跟老师反映,老师批评过这些学生,但没用,后来连老师也没办法了,解释说同学们可能太调皮,让她不要在意。她跟爸爸妈妈讲了这

事,爸爸妈妈也和老师沟通,但仍旧没什么用。她很难受,从初二开始就不想去学校了……

诉说时,小茹戴着口罩,贺医生并没有看到她的脸,不过,从体型来看,小茹并不怎么胖。贺医生了解到,小茹是家中独女,父母对她不错。这个女孩性格比较内向,上小学时就没什

么朋友。贺医生问她:“是不是哪里得罪了同学?”她说没有。

当天,贺医生为小茹做测评,结果显示小茹患有中度抑郁、重度焦虑(中度抑郁是指抑郁状态,非抑郁症),没有自信心。贺医生给予用药建议的同时,为小茹做了心理疏导,并对家长提出了专业建议。

医生剖析:面对同学的嘲笑,怎么帮她?

“来就诊的青少年确实有人因天生的缺陷或者身体太胖、太瘦,遭受同学的嘲讽,从而引发厌学心理。这些孩子内心薄弱,不知道如何回应这些情况;家长们也不知道怎么帮助他们,要么一味地安慰,要么只会批评自家孩子不对。学会人际沟通技巧是很多家庭无法给予的,结果导致孩子一味地退退退,最后退回到家里。”贺医生分析,儿童青

少年心理生理发育不够成熟,情绪不稳定,他们表现出焦虑抑郁情绪,既与精神心理因素有关,比如压力或者受环境因素影响,同时也与个性有关,比如内向、自卑、敏感、缺乏自信。

“如果孩子跟父母说不想上学,肯定是有原因的,是孩子受了委屈,还是受了欺负?父母在关心孩子的同时,一定要把原因搞清楚,只有找到真正的原因,才能帮助孩子一起

去解决问题。”贺医生认为,如果孩子因为别人的嘲讽不想去学校,可以找老师帮助自己,但不能单纯求助于老师,最好的办法还是自己帮助自己——调整自己的心态,提高自信心,并做出一定回击。当然,“回击”不是指打架,而是从语言上、态度上、气势上给予回击。

与此同时,作为家长,不仅要成为孩子坚强的后盾,更要教会孩子如何进

行人际沟通,遇到问题该如何解决,面对困难该如何迎难而上,让孩子学会在挫折、问题时如何处理是最重要的,而不是一味地回避和妥协。平时,家长就要多和孩子沟通。当孩子遇到问题时,可以先问问孩子想怎样做。如果合理,就鼓励他去做,让他知道不管结果如何,爸爸妈妈都站在他这边,让他有足够的底气去回击、去解决问题。

连续使用耳机 不宜超过60分钟

泉州市中医院副院长、康复科主任阮传亮教你健康用耳

海都讯(记者 吴日锦 林良标) 3月3日是全国“爱耳日”,今年活动的主题是“科技助听,共享美好生活”。记者邀请泉州市中医院副院长、康复科主任阮传亮,为大家分享日常护耳知识。

阮传亮介绍,大家在使用耳机时,建议音量不要超过最大音量的60%,连续使用耳机的时间不宜超过60分钟,且每次使用以半小时为佳,以防损伤听力。另外,要避免生气和精神高度紧张。他说,当人处于精神高度紧张或者生气时,体内的肾上腺素分泌增加,容易使耳内小动脉血管发生痉挛,小血管内血流缓慢,造成内耳供血不足,导致突发性耳聋。

阮传亮建议,日常护耳要经常补充维生素A、B和C,多吃富含维生素A、

B和C的食物。可以选择,富含维生素A的食物有胡萝卜、菠菜、青椒、鸡蛋等;富含维生素B的食物有蛋黄、麦芽和一些粗粮等;富含维生素C的食物有猕猴桃、菠萝、菜花、土豆等。

阮传亮还推荐了几款简单易做的耳保健操。1. 摩耳廓。用大拇指和食指沿着耳轮从上往下,轻轻推摩耳轮,直至发热,一般做20次左右。2. 拉耳垂。用大拇指和食指轻轻地向下拉耳垂,做60下左右。3. 拔双耳。把食指轻轻放入耳孔,旋转三次,突然拔出,不能堵得太严、深入太长、力度过重。4. 拨天鼓。用掌心捂住双耳耳孔,食指搭在中指上,轻拨头后部,做十次,每次三下。5. 摩全耳。把手摩擦热后,用掌心摩擦全耳,做6次,耳前耳后均要摩擦到。

分类信息

广告热线:13799377276

公告栏

厦门市湖里区臻享生活供应链管理

中心遗失公章一枚,声明作废。

厦门市堂吉河德酒店管理有限公司

遗失财务章一枚,声明作废。

厦门印象东鸢花艺有限公司遗失公

章一枚,声明作废。

漳浦县宏焱网络科技有限公司遗失

财务章一枚,声明作废。

漳州市鑫拓网络科技有限公司电

子营业执照遗失,序列号

204161101122063,声明作废。

于若涵于2024年3月2日遗失第二

代身份证,身份证号码3501022004032

31589,自遗失之日起任何以此身份

证作身份证明抵押、签署具有法律效

力的文件、贷款、开卡、注册(开网

店)等任何行为均非本人持证、无本

人签字、无本人手印,所产生的一切

后果本人概不负责。特此声明。

厦门甜匠文化创意有限公司遗失财

务章一枚,声明作废。

遗失声明

福建中恒金置业有限公司:本人系祥禾公社一期项目11#1512单元业主包翠霞,因不慎遗失该单元缴款发票(销售不动产统一发票办证联及发票联),发票号02351238,开票日期2021-7-26;发票金额为人民币陆拾陆万肆仟柒佰肆拾伍元整(¥664745);发票号02351237,开票日期2021-7-26,发票金额为人民币陆拾柒万贰仟柒佰肆拾伍元整(¥672745),特此申明以上发票遗失。现向贵司申请以上发票记账联复印件壹份,办理登报遗失手续。用于办理该房产相对权证事宜。由此产生的一切经济法律责任由本人承担!与贵公司无关!申请人:包翠霞 2024年3月6日,祥禾公社营销部,电话:0591-88789678

厦门泉恒装饰工程有限公司遗失湖里区市场监督管理局2020-11-10核发的营业执照副本,统一社会信用代码91350206MA34UXB856,声明作废。新码客(厦门)实业有限公司遗失劳务派遣经营许可证正副本,编号:361002FJ20210030,声明作废。张旭遗失工作证,证号:2116224010261,声明作废。厦门翼晖达物流有限公司遗失车辆道路运输证,车号闽DH2206,证号350205019571,声明作废。

公告栏

清算公告

厦门市湖里区小星星幼儿园理事会研究决定于2024年1月17日停止办学,拟向民政登记机关申请注销登记,统一社会信用代码52350206065852546N,请债权人自见报之日起45日内向本单位清算组申报债权事宜,清算组长:黄宗继,联系电话18950020237,联系地址:厦门市湖里区后埔北二里215-217号,256号201。特此公告。

厦门市湖里区小星星幼儿园
2024年3月4日

清算公告

厦门市同安区小星星幼儿园理事会研究决定于2023年12月1日停止办学,拟向民政登记机关申请注销登记,统一社会信用代码52350212MJB9748167,请债权人自见报之日起45日内向本单位清算组申报债权事宜,清算组长:黄宗继,联系电话18950020237,联系地址:厦门市同安区西洪塘四房里7-101号,8-101号。特此公告。

厦门市同安区小星星幼儿园
2024年3月4日

漳浦县乐门小吃店不慎遗失食品经营许可证副本,许可证号JY23506230148436,现声明作废。莆田市果罗西服服饰贸易有限责任公司遗失公章一枚,声明作废。

公告栏

减资公告

经公司股东会决议,厦门澜景贸易有限公司统一社会信用代码91350200MA2XWPJ55T法定代表人:林双当决定将公司注册资本400万元人民币减至50万元人民币,自公告之日起45日内债权人有权要求本公司清偿债务或者提供相应的担保。联系电话:5288504 地址:厦门市湖里区长乐路350号闽南古厝A座3026之一

厦门澜景贸易有限公司
2024年3月4日

减资公告

经公司股东决定,厦门龙凯实业有限公司(统一社会信用代码91350206MA8RT73X2K)法定代表人:蔡丽清决定将公司注册资本500万元人民币减至100万元人民币,自公告之日起45日内债权人有权要求本公司清偿债务或者提供相应的担保。联系电话:5288504 地址:厦门市湖里区长乐路350号3026室-2

厦门龙凯实业有限公司
2024年3月4日

蔡鑫森不慎遗失渔业船员证书,编号:35062319830213X769,职务:普通船员,现声明作废。莆田市城厢区恒拓贸易有限公司遗失公章一枚,声明作废。

减资公告

经公司股东会决议,龙投(厦门)贸易有限公司统一社会信用代码913502037760214153法定代表人:苏美丽决定将公司注册资本1000万元人民币减至300万元人民币,自公告之日起45日内债权人有权要求本公司清偿债务或者提供相应的担保。联系电话:5288504 地址:厦门市湖里区长乐路350号闽南古厝A座3026之一

龙投(厦门)贸易有限公司
2024年3月4日

厦门南方联合商品经营服务有限公司遗失公章、财务章各一枚,声明作废

漳州市芗城区一米食享餐饮店遗失食品经营许可证正副本,编码JY23506020150513,声明作废。

厦门星辉梦海体育管理有限公司遗失同安区市场监督管理局2022-07-28核发营业执照正副本,统一社会信用代码

91350212MA33L5WA9L,声明作废。

漳浦赤岭三官大帝庙不慎遗失福建漳浦农村商业银行股份有限公司赤岭支行开户许可证,核准号J3993001921202,现声明作废。

厦门翔科达物资回收有限公司遗失公章一枚,声明作废。

福建金领金融信息服务有限公司遗失公章一枚,声明作废。