



家住合肥的陈先生这几天很紧张,因为他正读高一的儿子告诉他,有个叫“蓝鲸”的游戏现在很火,“从国外传来的,是一个很酷的游戏!”酷,是因为每个参与者都必须完成50个很极端的任务,终极任务则是让参与者自杀。这个听起来不可思议的死亡游戏,在全世界受到了不少青少年的追捧。专家表示,青少年心理健康问题已经成为一个不容忽视的问题,家长应放低自己的姿态,和孩子做朋友倾听他们的心声,并教他们尊重生命。 ■ 朱世玲 童有兵 记者 李皖婷

危险的“自杀”游戏,切勿尝试!

心理专家:增强孩子心理抵抗力,教会他们尊重生命

追源:源自俄罗斯,发明者已被捕

这个被称为死亡游戏的“蓝鲸游戏”到底是什么来头?

据报道,这种游戏最初源自于俄罗斯,参与者大多是青少年,兴起的时间大约在2015年。据猜测,之所以起名“蓝鲸”或许与蓝鲸搁浅自杀的行为有关。

21岁的游戏发明者菲利普已于2016年底在俄罗斯被捕,他被指控在过去的三年里,在社交媒体上组织了八个“蓝鲸”组织,并诱导青年们自杀。

虽然有人认为一些年轻人的死与这个游戏无关,但据称,2015年11月至2016年4月期间,有俄罗斯媒体将该游戏的风靡和俄罗斯130名年轻人的自杀联系起来。这些年轻自杀者的共同点是,生前曾在俄罗斯一些社交网站上发布过与“蓝鲸”相关的图示。

现象:青少年自杀呈低龄化趋势

一个14岁的小男孩,同桌同学的手表丢了,老师便找他了解了一下情况,并没有认定是他偷了,但他承受不了这个刺激,竟准备割腕自杀。所幸被家人及时发现,才制止了一场悲剧的发生。这是安徽省精神卫生中心曾接诊到的一个真实案例。

据介绍,青少年常见的心理危机基本分为适应障碍、情感问题、人际关系问题、经济压力、学业事业发展压力等几种。这些人群中,有很大一部分自杀者是“激情自杀”,他们一时间钻进牛角尖走不出来,选择了走极端。20至40岁是自杀群体较为集中的年龄段,而近年来,青少年自杀呈低龄化趋势。

所幸大多数自杀行为是有征兆的,这些迹象可视作自杀线索与呼救信号:曾有过自我伤害或自杀未遂史;有自责、自罪、命令行幻听、强制性思维等症状的精神障碍患者;近期发生亲人去世等重大生活事件,有严重的躯体和心理

创伤;在日记中流露对人生的悲观情绪;直接说“我想死”,或用隐喻语言说“你再也见不到我了”“我欠你的下辈子再还”“帮我照顾好父母(或密友、宠物等)”“我对任何人都没有用”;长期有严重抑郁症情绪突然好转;已经形成一个特别的自杀计划;和人讨论自杀的方法,开自杀的玩笑,搜集有关自杀的资料,或徘徊于江河、大海、高楼、悬崖、大桥等处;患有重病或有失败的医疗史;处分个人物品,向亲人好友赠送心爱之物,还清所有借来的东西或清理债务;频繁出现意外事故或危险行为等等。

建议:增强心理抵抗力,学会尊重生命

“近年来临床上接诊的青少年自残行为案例越来越多,青少年心理健康问题已经成为一个不容忽视的问题。”省儿童医院少年儿童心理问题专家刘亦芳介绍,儿童心理行为教育要从小开始,家长要让孩子适应社会,锻炼他们的抗挫能力。

而在青春期发育期,孩子会有一种“成人感”,觉得自己不需要家长管,但是又不得不依赖家长,这样就会导致矛盾。此时家长应把自己的身份降低,和孩子做朋友,遇到事情不要急,更不能用命令式去要求孩子,“家庭的气氛、家长对孩子教育的方式都会影响孩子的行为。”

“现在的孩子在家中过分受关注,父母甚至祖父母保护过度,应对挫折的能力确实有所减弱,面对压力也缺乏相应的应对能力。”刘亦芳呼吁,家长平时要与孩子沟通,及时察觉问题,及时疏导,重视对孩子进行尊重生命、珍惜生命的教育。

此外,心理专家建议学校也要及时发现青少年的情绪问题,让孩子在危机中能及时得到专业人员的指导和帮助。学校要减轻孩子的学习和升学压力,不要只拿升学率作为唯一的评判标准,要真正做到因材施教,要更加关注他们在德育方面的培养,加强儿童青少年的挫折教育,让他们能以积极的心态面对生活中的各种失败。

车坛风云志——“小鲜肉”PK“老干部”逆袭有望

法国总统大选尘埃落定,39岁的马克龙PK掉了49岁的马丽娜·勒庞,成为了法国近60年来最年轻的总统,这可以说是“小鲜肉”对“老干部”的终极逆袭。其实在汽车圈儿,“小鲜肉”和“老干部”的PK也从未停止,尤其是在中级车市场。“老干部”一贯的稳定表现让许多人觉得很值得信赖,而“小鲜肉”靓丽、时尚的外形是个大杀器,不知多少人拜倒在“高颜值”之下。“小鲜肉”的领军人物——东风标致308正面对上资深“老干部”——朗逸、英朗,两军对垒,不知“小鲜肉”能否逆袭。

【“小鲜肉”高颜值大杀四方】

“小鲜肉”的高颜值一向是公认的,但是“老干部”也不能说没有颜值。如果来个颜值排名,大概是308>英朗>朗逸。东风标致308不管是外形还是内饰,既展示了法系车的浪漫特质,又融合了年轻朋友对家庭用车的审美,称其是紧凑型轿车的“颜值担当”也并不为过。源自赛车黑白旗的点阵式进气格栅搭配狮眼大灯,LED灯效运用让车辆即

使在夜间也可以具备极高的辨识度。而内装部分则更加出色,i-Cockpit唯我座舱的驾驶舱设计,包裹性极强,极富立体感,细致的做工与接合工艺更让眼中的华丽延伸到指尖,配合9.7英寸触控屏幕足以让行车生活成为一场我行我素的时尚秀。

英朗延续了别克家族经典的直瀑式进气格栅设计,从尾部延伸到车头的线条使英朗看起来冲劲十足,宛如一名蓄势待发的短跑运动员。英朗的内饰走的是简约路线,中控台层次感较强,银色饰条的加入使内饰看起来颇为动感,总体设计较为年轻。

朗逸则是保持着多年来典型的“大众风”,给人的第一印象就是好似一辆“小版帕萨特”,其简约、中庸的外观更趋向传统,谈不上有什么时尚感,但我们确实无法否认,这种设计具有特别的美学思维与经典性。当然,即便如此,这种设计也容易让人产生审美疲劳。而朗逸的内饰延续了大众家族一贯的设计风格,稳重感当中带着些精致感。

“小鲜肉”时尚、动感、有活力,“老干部”稳重、内敛、不高调,二者各有千秋。时间往前推几年,“老干部”毫无疑问占据上风,可是如今,“小鲜肉”的高颜值绝对大杀四方。

【“小鲜肉”有颜更有料】

俗话说的好“嘴上没毛,办事不牢”,年轻、漂亮的“小鲜肉”的确令人心动,可是谁知道他的实力怎么样。而“老干部”就不同了,毕竟阅历在那,还是他们更靠谱一点。俗话有道理可是不能全信,到底实力如何还是要拿数据说话。

308和朗逸两款车型排量一致,都是1.6L,英朗排量稍小一点,是1.5L。从油耗数据来看,308油耗不超过6L,远低于朗逸的6.9L,能够媲美英朗的油耗。由于308的油门调校要更灵敏,因此308的起步感受更为轻松。驾驶状态下稳住油门,发动机转速基本能保持在1800rpm以内,处在一个较为经济的转速区间。如果想要



五谷杂粮补养速查

出版社:安徽科学技术出版社
定价:25.8元

内容简介:本书从营养的角度出发,全方位地阐述五谷杂粮的营养和功效,包括日常养生、亚健康保健、常见疾病治疗、四季调养等方面,为不同人群定制了不同的五谷杂粮养生食谱,制作方法多种多样。收录多道食谱,并有明确的分类,方便读者检索,是家庭必备的五谷杂粮养生速查手册。



单味中药补养速查

出版社:安徽科学技术出版社
定价:25.8元

内容简介:本书以中草药单味养生为研究对象,结合传统中医理论与现代药理知识,从解表、祛风湿、利水渗湿等功效出发,精选常用中药方剂,并详细介绍了具体的功效、适宜人群、选购秘籍、进补食用方法、注意事项等内容,为您的家人送去健康。



●M.6387男,合肥大学教师,40岁,1.80米,博士,风度好,素质高,离单,住房多套,经济待遇优。诚觅年貌相宜,1.63米以上,专科及以上,秀外慧中,形象气质佳的女士再结情缘。

●M.6509男,合肥电力公司工程师,35岁,1.73米,本科,未育,英俊进取,品貌端庄,经济住房优。诚觅一位32岁左右,1.60米以上,大专以上,温柔清秀,有稳定职业的女士相爱终生。

●M.6860男,合肥市直单位公务员,27岁,1.76米,硕士,未婚,品貌端庄,儒雅温和,兴趣广泛,独子,经济优越。诚觅一位27岁以下,1.62米以上,肤白气质佳,温柔知性的未婚小姐永相随。

●F.7819女,合肥中学教师,25岁,1.68米,本科,未婚,肤白貌美,温柔贤良,独女,家境优越。诚觅32岁以下,1.72米以上,品貌好,素质高,富内涵的未婚先生携手同行。

以上征婚信息由安徽爱之桥婚恋中心提供,条件适合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20楼2006室),免费安排约见。咨询电话:0551-62839952(崇老师)



让超车或变线更加痛快,还可以按下挡把旁边的按钮进入S挡运动模式,此时发动机转速会瞬间升高约500rpm,并保持在2300rpm以上。切换到S挡运动模式后,仪表盘的数字显示会变成更加醒目的红色,同时中央的液晶显示屏也会显示即时功率、增压值和扭矩参数。

“老干部”群众基础更为深厚,“小鲜肉”冲劲十足,实力不俗。两者PK短时间内很难一分高下。不过“小鲜肉”308还有大招,全民续航“0”购置税,最高享36期免息。长江后浪推前浪,“小鲜肉”308的逆袭之期就在眼前。