

新书推荐

手到病自除系列:  
对症艾灸速查手册

定价:15元  
作者:李志刚  
出版社:安徽科学技术出版社



本书分为经络艾灸基础课、艾灸治病、艾灸养生三个部分。从经络到艾灸,从养生到治病,详细讲述了如何通过艾灸相应穴位来达到不同的养生、治病效果。本书通俗易懂、严谨科学,并采用了图文并茂的形式,清晰地将每个穴位展现给读者,以方便大家取穴艾灸。

新手下厨系列:  
从零开始学做主食

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主食的基础知识,然后从米饭、粥、面、包子、馒头、饺子、馄饨、饼出发,图文并茂,介绍了常见多款主食的制作步骤以及技巧,让读者快速学会制作各种主食,享受舌尖上的美味。



缘来  
有你

●M.9561男,合肥大医院外科主任,53岁,1.76米,大学文化,儒雅谦和,真诚正派,离异一女在国外,住房经济待遇均优。诚觅一位45岁左右,1.62米以上,大专以上,秀丽温婉的女士爱相约。

●M.8794男,安徽省直机关正处公务员,50岁,1.75米,硕士,沉稳重情,综合素质高,离单,经济住房优。诚觅一位45岁左右,1.65米左右,温柔善良,娴慧清丽的女士再结情缘。

●F.7248女,合肥上市企业财务总监,48岁,1.66米,大学文化,温柔清丽,苗条气质佳,离单,经济住房优越。诚觅一位60岁以下,1.75米左右,儒雅谦和,综合素质好的单身先生为爱之侣伴。

拍卖公告

受法院委托,我公司定于2015年9月22日上午10:00在本公司拍卖大厅举行拍卖会,公开拍卖**合肥市绿都花园9#114室商业用房**,建筑面积约38.45㎡,参考价362790元。  
看样地点及时间:标的所在地,公告之日起至2015年9月21日12:00止。  
注意事项:有意向竞买者须在2015年9月21日12:00前缴纳竞买保证金,携带有关证件来我公司办理登记手续。  
联系电话:0551-62676246 13365515729 王先生  
安徽盛世佳拍卖有限责任公司 2015.9.6  
中国AA级拍卖企业

# 世界预防自杀日: 如何阻止青春凋谢?

## 心理专家:自杀有征兆

## 教会孩子“尊重生命”比考试得高分更重要

□ 朱世玲 记者 李皖婷

今年9月10日是第13个“世界预防自杀日”。世界卫生组织此前发布的首份预防自杀报告显示,自杀已成为当前全球重大公共卫生问题之一,也是15到29岁年龄段的青少年死亡主要原因之一。青少年自杀,话题沉重而现实,不禁让人追问:是什么让他们想不开?心理专家表示,社会、学校、家长应注重对青少年“尊重生命”的教育,在满足孩子生活上需要的同时,更要关注其心理上的需求。



### “想不开”的背后是什么?

刘女士的儿子小伟(化名)今年刚上小学三年级。可能是过了一个暑假玩心还没收回来,小伟总是拖拖拉拉不愿意写作业。

就在星期五晚上放学回来,吃完饭都2个小时了,刘女士去检查儿子的作业,发现他只是做了20道数学口算题,其他什么作业都没做,就坐在桌前玩玩具。刘女士有些着急了,说了儿子几句,没想到儿子张口就是一句,“妈妈你不要逼我了,再逼我我就去自杀。”

“儿子才8岁,怎么就会提到自杀呢?”刘女士吓了一跳,生怕儿子会做出什么过激的行为,“说实话,听儿子这么说,我最大的反应是难受,

觉得我这个母亲当得太失败了。”

2014年教育蓝皮书《中国教育发展报告(2014)》搜集了2013年发生的79例中小學生自杀案例,其中57例报道了明确自杀原因的案例显示,“成绩下滑或不理想”、“教师行为失当”、“作业没完成”、“家长期望值过高”、“被家长批评”等是导致学生自杀的主要原因。据此,该蓝皮书认为,中小學生自杀的根本原因在于高度应试的教育制度。

2014年3月29日,合肥某高中一名高三學生跳楼自杀;4月1日,二模考试刚刚结束,肥东一中一名高三學生跳河自杀。

### 青少年自杀前多有征兆

如何早期发现孩子有自杀的征兆呢?安徽省精神卫生中心专家方萍建议,以下迹象可视作自杀线索与呼救信号:

- 1、曾有过自我伤害或自杀未遂史;2、有自责、自罪、命令形幻听、强制性思维等症状的精神障碍患者;3、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;4、在日记中流露对人生的悲观情绪;5、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”;6、长期有严重抑郁症情绪突然好转;7、已经形成一个特别的自杀计划;8、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;9、患有重病或有失败的医疗史;10、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;11、频繁出现意外事故或危险行为。

“若以上自杀征兆能被及早发现,就能减少或规避自杀的可能。”方萍特别提醒。

### 教会孩子“尊重生命”、管理情绪

安徽省精神卫生中心副院长王克永表示,青少年心智尚未完全成熟、性格起伏较大、缺乏应对困难的方法,当孩子作业未完成或畏惧念书,报到前产生害怕的心理,如果再有家长压力,超过了孩子的心理承受能力,就会导致孩子走极端。

王克永建议,全社会都要加强对儿童青少年关于“尊重生命”的教育,让孩子从小就知道生命是宝贵的,一个人只有一次,关注他们在德育方面的培养,尊重生命,关爱生命,积极参加公益活动,加强青少年的挫折教育,让他们能以积极的心态面对生活中的各种失败。教会孩子怎样管理自己的情绪和表达自己的情感,学会正确地释放不满,妥善地处理同伴之间的关系,有效地避

免不必要的冲突事件发生。

家长也要给孩子们减压,学习上减负,减少期望值,多和孩子交流,重视他,对于他们的正当兴趣爱好要加以有针对性的培养,要更加关注对孩子的品行和创造能力的培养,不要让爱成为一种负担。在满足孩子生活上需要的同时,还要关注其心理上的需求,多与孩子沟通交流。

方萍建议,当发现孩子贪玩、未做作业、注意力不集中、接受能力差、学习难以完成时,家长不要用简单粗暴的打骂方式“教育”孩子,而是尊重孩子独立自主的要求,给予其自主的空间和选择权利,要善于和他们交流,建立朋友之间的关系,能够很好地倾听他们的心声,加以正确的引导。

**大志投资 十年诚信** 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

**股票操盘手** 咨询 出★合肥出众投资公司,专业为股民提供股票咨询服务; 众★招募股票、期货操盘手,有证券、期货从业资格者优先; 投资电话:0551-65544354 13855377654 官网:www.ahgppz.com 地址:合肥市庐阳区濉溪路国金大厦1305室

**招聘** 蜀山区城管局车队现招聘 驾驶员20名(B2照以上) 联系人:梅总 13865968656

**家教** 一线教师一对一免费试听可上门 13033087885

**注销公告** 安徽万国人力资源发展有限公司 拟向公司登记机关申请注销登记,已于2015年6月25日成立清算组,清算组由蔡传益、江正军、沈成杰组成,负责人为蔡传益,请债权人于本公告发布之日起45日内向公司清算组申报债权。 安徽万国人力资源发展有限公司 2015年9月6日

温馨提示:本版仅提供广告信息,不作为法律纠纷的依据,敬请广大读者注明相关证明,加强自我保护意识,规避风险!