

多数考生选择网上“解压”

专家提示应多做面对面交流沟通

本报4月23日讯(记者 常学艺 王衍) 还有一个多月的时间,2012年中、高考就要来到了,很多学生因各方面的压力,心理上发生了变化,犯了考前焦虑症。24日,记者采访中了解到,多数学生不会因为压力过大而选择去做心理咨询,而多是试图依靠自己到网上解决心理问题。

24日,记者采访多位初三、

高三的学生了解到,因近期学习的压力比较大,心理上难免都会有所波动,有学生一提到考试就紧张。“也是因为高考临近,学生们的思想包袱会比较大,前几天学校请来了一名心理咨询专家,专门给高三的学生讲授如何面对压力,如何调节考试前的心态等知识。”德州市实验中学高三年级组主任田德福说,有部分学

生太过担心自己的成绩,“前些天高三一个学生,就因自己压力过大,晚上服了药才能睡觉。”

记者联系到德州市精神卫生中心的国家高级心理咨询师于建新,他告诉记者,中学生一直是心理咨询的重点关注对象。“两个星期之前,德州一所中学的一个学生,农村家庭出身,学习上对自己要求太高,压力太大就得了

考试焦虑症,自己没有办法了,就到医院做治疗。”于建新说,虽然有很多学生面临着很大的压力,但一般不会选择去心理咨询。

德兴大道一家心理咨询室的韩明芳说,23日网上有学生给她留言说,担心自己考不好,“像这种学生,他即使需要心理辅导,也大都会选择打电话或网上留言来为自己排解,真正面对面

交流的并不多。”

于建新建议,学生们不要给自己定太高的目标,要结合实际能力,做比较合理的打算。压力大的时候要多尝试和同学、家人、老师沟通,尽量不要压在心里,假如过了一段时间,自己的内心还是不能得到释放,要尽快地去做一些心理咨询,严重的话,就需要使用药物来强制性治疗。

接种

4月25日是全国预防接种宣传日。在德城区防疫站,父母们带着孩子进行疫苗接种。春季是水痘等呼吸道传染病高发期,一岁以上的儿童现在都可以到卫生防疫站接种相关疫苗。

本报记者 马志勇 实习生 刘振 摄影报道



在校大学生 兼职过“五一”

本报4月23日讯(见习记者 孙婷婷 实习生 王乐伟) “五一”假期将至,不少在校大学生,选择利用假期时间,做兼职打工赚钱。

“虽然有点累,但也算是一种锻炼,还可以赚点生活费。”德州学院大一学生孙卫告诉记者,由于“五一”假期较短,回家时间上太仓促,她便找了份兼职。据孙卫介绍,她身边有不少同学都会趁假期打短工。“做兼职工资是每天35元至50元不等,只要想做,找个兼职还是很容易的。”孙卫说。

记者看到,近期不少商场和商店都打出了招聘广告,“在校大学生来找工作的比较多,发传单是每天一结,做促销是每月一结。”“五一”假期店里搞促销,人手比较紧张,需要招聘一些临时短工。”三八路一家家居店负责人告诉记者,每次短假期都能招到不少在校大学生。

农贸市场成滥用塑料袋重灾区

自带购物袋的人很少

本报4月23日讯(见习记者 张晓琳) 限塑令从2008年6月1日实施,至今已近四年,如今限塑令的执行情况到底如何?23日,记者在德州市区调查发现,多数市民并没有自带购物袋的习惯,而国家明令禁止的超薄塑料袋仍随处可见,农贸市场、流动摊贩,更成为滥用塑料袋的重灾区。

23日,记者走访多家超市和农贸市场,发现大型超市虽在执行限塑令的相关要求,但仍免费提供连卷袋。记者在新湖北大

街的乐尚超市观察发现,半小时内,没有一个顾客自带购物袋购物。乐尚超市的一位收银员告诉记者:“自带购物袋的还是极少数,自己带购物袋的还是以老年人居多。”

记者在三八路便民市场看见,每个水果摊前都悬挂着塑料袋,供顾客使用,一家水果摊主石女士告诉记者,市场上的塑料袋从来就没有收过费用,“如果塑料袋要钱,很多人就不在自己这里买东西了。”石女士说。很多市民表示自己在农贸市场购物

的时候从不自带购物袋。市民张女士说:“知道限塑令,因为超市会收费,所以有时候会记得自带购物袋,但是在集贸市场买东西就从来不带。”

德州市工商局市场科闫勇告诉记者:“限塑令有一定的效果,但是塑料袋的完全禁用仍有困难。大多数人不会为几毛钱而放弃使用塑料袋。”除了提高人们的环保意识,严管非法生产才是限塑的关键。闫勇说:“最重要的还是在生产环节,要禁止全国范围内生产超薄塑料袋。”