

有这样一群人,总是因自己的容貌陷入自我怀疑与自我否定之中。哪怕是别人一句无意的话,也可能成为压垮他们的最后一根“稻草”——

明明挺漂亮,她却说自己是个“丑八怪”

本报记者 彭爱 摄影报道

前几天,滕媛媛推开了位于市区的一家心理咨询中心大门。

“我的脸很大,实在是太丑了,我恨不得所有的镜子都消失,这样我就不会看到自己的脸了。”思考良久,滕媛媛向心理咨询师于丽丽说出了自己的烦恼(右图)。

其实,30岁的滕媛媛容貌姣好,根本不像她自己描述的那样。“容貌焦虑”就像一块大石头压在滕媛媛的心里,让她每次看到自己脸的时候,都会不由自主地心生焦虑。

容貌焦虑 伴随社交恐惧

记者打开微博软件看到,与“容貌焦虑”相关的多条话题阅读总量超过了10亿次。越来越多的人开始关注自己的容貌问题。

运河区安馨家园小区的梁玥身高1.66米,体重51公斤,但她一直被减肥问题困扰。减肥茶、酵素、代餐粉、阻糖片……为了减肥,梁玥尝试各种各样的减肥产品。“我知道不少减肥产品会影响身体健康。不过,只要能减肥,我就不考虑身体会不会受影响。”梁玥说。



瑶瑶告诉记者,她上大学时开始化妆。现在,感觉自己素颜难看的她每次出门前,必须化妆。“我觉得,我化妆后出门,别人对我的态度都很好。我没有办法接受素颜的自己。”瑶瑶说。

青县的孙淼今年26岁。三四年,她开始频繁整容。眼睛、鼻子、额头、苹果肌……她脸上的五官几乎都被整了一遍,却越

整越不满意。即使从来没有人嘲笑过她的长相,孙淼却一直认为自己不好看。

不少男性也存在容貌焦虑问题。陈晓2017年考入一所不错的大学,但是一个学期结束后,他便吵着要休学,原因就是自己的鼻子不够高、不够挺,必须得去做整形手术。最后,家人拗不过陈晓,只好带他去做了鼻

子的整形手术。手术后不到半年,陈晓又觉得自己的鼻子不好看了。去年,陈晓家人又花费7万余元让他做了鼻综合整形手术。对于术后的鼻子,陈晓表示只是暂时满意。

于丽丽告诉记者,今年1月至今,她共接待了96位来访者。其中,容貌焦虑伴随社交恐惧的来访者就有11人,占来访人数的10%以上,约7成是“95后”。

容貌焦虑有原因 家庭影响很重要

记者采访中发现,除了别人的看法“绑架”审美以外,原生家庭也是影响“容貌焦虑”症人群的重要因素。

“很多抱怨自己长得不好看的来访者其实容貌都不错,但是他们还是偏执地认为自己长得丑,甚至会因为容貌的问题产生焦虑。我们在交流过程中会发现,大部分来访者产生焦虑的根源不在容貌上,而是在幼年甚至是青少年时期受到原生家庭或是社会的影响。这是一种心理问题,容貌焦虑只是心理问题表现的一种方式。”思源心理咨询中心的心理咨询师于丽丽说。

“父母和其他社会关系的行为及观念对孩子的影响至关重要。每个孩子的认知、行事,很大程度上都依赖于父母及其他社会关系的‘言传身教’。孩子们会将他们看到的行为、认可的部分纳入到自我认知中去,从而规范自己的行为。”于丽丽解释道。

学会欣赏自己 内在美更重要

“父母和孩子日常沟通的时候,一定要注意自己的言辞。不要过分地打击孩子的积极性,也不要一味地批评孩子。长时间接受语言暴力的孩子,就像处在负能量场之中。父母可能觉得自己只是随口一说,但是无形中会给孩子造成很大的心理压力。久而久之,孩子就可能会产生心理问题。”于丽丽介绍道。

于丽丽说,追求美本无可厚非,但是我们需要注意的是,看似自由的审美趋势之下,其实暗藏着审美的强制性。美丽并非仅限于外表,更重要是内心。任何颜值所带来的机遇和优势,都不会太长久。自身形成的能力和丰厚的内涵,才是人生路上最大的胜利和资本。

心系家乡 筹资修桥

本报讯 6月22日,南皮县澧溜镇小郭立山村与盐山县吴家阁村交界处,热闹非凡。一座大桥的通车仪式正在举行。

据当地村民介绍,这座桥原名叫“大商平底渠桥”,是附近村民来往的必经之地。2017年,这座桥被定为危桥,村民去地里干活十分不便,需要绕路。

刘宝成是南皮县小郭立山村人,现为对外经济贸易大学国际经济伦理研究中心及北美研究中心主任。他获悉此事后,主动与北京市心和公益基金会联系、沟通。由该基金会出资120万元,历经半年时间重新修建了这座桥。新桥全长44.8米,桥面总宽5.8米,净宽5米,两侧均设置了0.4米宽的防撞护栏。曹春亮

本报讯(通讯员任振宇 刘国竞 记者马晓彤)近日,黄骅市羊二庄回族镇高官庄村“黄骅面花模子雕刻技艺”第四代传承人高殿华一家4口共同雕刻的作品《天安门》被河北省非遗文化保护中心收藏(右图)。

高殿华一家创作的面花模子作品《天安门》长85厘米,高35厘米,雕刻

十分精美,栩栩如生。

为了创作出完美的作品,高殿华决定一家四口齐上阵,将各自擅长的技艺融汇到这幅作品中。一家人商量后决定,先由学习设计专业的女儿高林娜设计出作品,再由儿子高勇和高殿华完成框架雕刻,最后由他的妻子李淑华负责打磨细节,完成最终作品。

“黄骅面花模子雕刻技艺”传承人高殿华一家四口雕出“天安门”



关注沧州图书馆微信公众号,更多精彩内容等你来~

沧州市图书馆 Cangzhou Library

City of Library 周知馆之城 遇书房 阅读微空间

沧图移动图书馆 市民身边的阅读微空间

百万数字资源一搜即得
全国各地报纸实时更新
图书、期刊、视频、讲座一键分享

使用说明:
1.游客登录:扫码下载APP→手机号注册登录→在右上角邀请码处输入“iciztsq”→进入沧图定界面
2.持证读者登录:扫码下载APP→其他登录方式→机构登录→输入沧州市图书馆+读者证号
3.点击“全城共读”,阅读数字图书,朗读精彩片段,分享阅读心得

内容简介:
《中国共产党独立自主思想研究》立足于马克思主义经典著作、中国共产党主要领导人的著作言论、党的会议文件和实践,比较系统、深入地研究中国共产党独立自主文化和马克思主义视域下独立自主概念的演绎,较全面地分析了中国共产党独立自主思想产生的时代条件,重点论述了中国共产党独立自主思想的形成和发展历程、科学理论内涵等问题,从中国化马克思主义、中共党史、国际共产主义运动、发展中国家探索现代化道路等多维视角探讨了中国共产党独立自主思想的地位和作用。

刊登广告须知

- 一、产品广告持营业执照副本、商标注册证、生产许可证、产品合格证;
- 二、专利、药品、农药、兽药、食品等广告须提供省级以上有关部门广告审批证明;
- 三、化妆品广告须出具卫生许可证和生产许可证;
- 四、招工、招干广告须到劳动人事部门所属的职业介绍机构办理登记手续;
- 五、社会力量办学招生广告以学历教育为主的到教委办理登记手续,以职业技能为主的到劳动部门办理手续,都和向大家发布内容须加盖单位公章;
- 七、凡限购特价商品,一律到物价、公证部门分别办理认证和公证手续。

沧州晚报广告部

分类广告

电话:0317-5590779
地址:浮阳南大道全媒体中心(联通营业厅对面)

出租:解放路原晚报沿街沿门宿舍楼二楼(紧靠五中)3室2厅110多平米。原租户6月底到期,非诚勿扰。电话:18931758878

出售:荣盛新儒苑两室两厅一卫,92平米,8/15层,精装修,售价158万可议。联系电话:18633723316

专业空调维修 移机 加氟 回收 15832799876

出售

位于铁西市场街沿门市紧挨火车站,面积20平方米,现有租户,预售20万元,可议。电话:15533787817

出售

天津开发区,59-150平米,现房“可办理落户”无需天津户籍即可购买。详情咨询 13373472306。