



双十二又要来了

三个剁手族的自白

信用卡购物成瘾 凑单买来无用物

工作2年的小美(化名)有一份收入乐观的工作,但她却是一个月光族,不仅如此,她还有很多信用卡,之所以会这样,是因为小美根本控制不住自己购物的欲望。“我总是忍不住去买自己喜欢的东西,有衣服也有小玩意,首饰化妆品,越买越多,有的时候明知道我不需要,但是还是忍不住。”上大学时,每月一千多的生活费根本不够小美的花销,她开始缩减自己吃饭的钱,可是还是不能满足她,后来她办了信用卡。

王宇老师建议:

第一,控制欲望,合理分配。

第二,多关注自己,做些有意义的事,“可以找精神上的寄托,跳舞、瑜伽、阅读,让自己忙起来,远离负能量圈,让自己没有时间逛街,把网上购物的软件卸载。”

第三,理性消费。“不需要的东西不买,不要冲动购物。”

享受批货感觉

生活用品囤满屋

双十一期间,小月(化名)买了很多洗衣液、洗发水等生活用品,看着满地的大箱子,小月又下单了一个大型储物架。看着储物架上满满的,小月满足的同时也感慨说,“可能就是小时候我想买的东西我妈总不给我买,非得买她喜欢的,长大了我就要多买点我喜欢的。”对此,小月的爱人很是无奈。

王宇老师建议:

第一,断舍离,不需要的送人或者扔掉。

第二,延缓购物欲,比如看中了什么东西先不买,过几天再看,真的喜欢再买。

第三,别买现在用不上的东西,再便宜也不买,舍弃对物品的迷恋。最后一点,就是让自己心里富足,当心里富足时,外界的东西就都无所谓了。

最近小月受网络短视频的启发,准备给家里

生活报讯(见习记者刘维娜 记者李丹)近日,为帮助青少年解决心理困惑、就业创业、人际关系、情感婚恋、工作压力等普遍性问题,特别是困难青少年的需求。提供专业化、规范化的法律援助和心理健康服务。共青团黑龙江省委联合生活报开通“12355 你的心事我来听”专栏为龙江青少年服务。刚过完双十一,又要迎战双十二,本周记者和心理咨询专家王宇老师,针对购物狂的心理来为大家答疑解惑。

我省绥化大乐透1318万得主现身
慷慨捐款20万

生活报讯(杜昉)12月3日,体彩超级大乐透第22138期前区开出号码“05、13、16、27、33”,后区开出号码“07、12”。全国开出14注一等奖。其中,2注为1318万余元(含585万余元追加奖金)追加投注一等奖,我省绥化市兰西县一位80后购彩者F先生揽回一注追加一等奖,他仅仅花了6元钱。

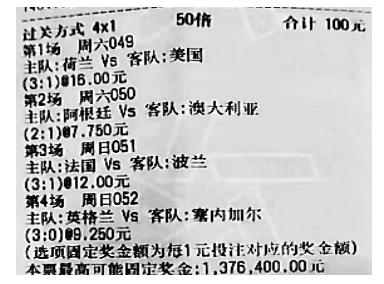
6日上午,F先生带着媳妇来兑



艺高人胆大 竞彩高手100元“猜比分”揽奖137万

生活报讯(于正)北京时间12月4日—5日,世界杯先后完成4场1/8决赛争夺,荷兰、阿根廷、法国、英格兰接连打出正路赢球赛果挺进8强。俗话说民间高手多,一位艺高人胆大的神秘球迷,50倍投购买了荷兰、阿根廷、法国、英格兰4场单挑比分串关组合,最终喜提137万巨奖,单票回报13700倍!

在中国竞彩开设的比分玩法中,比分竞猜是回报最高和颇为推崇的玩法,尤其在世界杯期间会有大量投注比分的彩民产生,毕竟这种玩法容易出现小单博大奖的情况。而今天我们看到的这位彩友,他在选择淘汰赛正路赛果的同时精



准把握比分脉象,最终仅用100元收获百万大奖。当然这里面运气的因素也有具备,尤其莱万的补时进球踢进,这一神单才会诞生,技巧和运气二者缺一不可。

12355
你的心事我来听
共青团黑龙江省委员会 生活报社每月疯狂购物花万元
抑郁缠身进医院

今年18岁的妮妮(化名),在同龄人都在学校里学习时,她却在医院里接受治疗,因为她被诊断为抑郁症伴暴食症和购物狂,“她这个问题有一年多了,她只要情绪不好时就贪食,控制不住购物。”妮妮的妈妈无助地和记者说,“她情绪不好时,就用购物发泄,每月购物达10000元,大多是小饰品。”妮妮曾一次性买过卡通表30只,戒指20多个,项链20多条,“我家都可以开首饰店了!”

如果妮妮的爸爸妈妈不给她钱,妮妮就会大发脾气,扬言要卖自己的手机换钱,“我们不给她钱她还要去外地找姐姐,没去成就在家要跳楼,实在没办法了,我们就给她钱了。”提起妮妮这些疯狂的行为,妮妮妈妈很无奈。

王宇老师建议:

首先,疯狂购物的内在原因来自对商品的病态占有欲,内在根源也来自于外在压力,像事业的压力、工作的挑战、家庭的拖累、学业的压力,让购物成了宣泄压力和负面情绪的通道之一。

其次,这种病人热衷各种购物,所购物品总是超过自己生活的实际需要,甚至是不需要的商品。严重者更不惜债台高筑,也要完成疯狂购物行为,否则整日焦虑烦躁、寝食难安。有的人不仅高消费,消费时还会情绪过分高涨,不合理消费次数不断增加,这样的购物狂很可能有躁狂倾向,“购物狂的行为需要做精神心理方面的专业检查。”



体育彩票

黑龙江省体育彩票管理中心协办

幸运儿10元机选
擒大乐透1000万

第22136期 2022年11月28日开奖
S12410-699760-050595-281900 581364 xnTSQ

单式票	1倍	合计10元
① 12 13 19 25 32	② 03 10	
② 03 14 22 23 34	③ 02 03	
③ 01 11 15 17 33	④ 03 11	
④ 02 20 26 30 35	⑤ 09 10	
⑤ 02 09 15 20 23	⑥ 07 09	

生活报讯(雪尘)12月1日下午,在河南省体彩中心迎来了大奖得主赵先生。经核验,赵先生的中奖彩票是一张10元5注号码的单式票,其中第三注号码正中大乐透第22136期一等奖1注,奖金1000万元。

据了解,赵先生来自安阳,已有十几年的购彩经历,大乐透是他最喜欢的玩法,只要有时间就会去打几注,花费基本上在十元、二十元左右。谈及大家关心的“中奖秘笈”,赵先生连连摆手说:“这张彩票是机选的,虽然有时候自己也选号来守号,但谈不上什么购彩技巧。”

至于奖金规划的问题,赵先生表示,领奖后需要一段时间平复心情,以后慢慢考虑。遇见就有可能,这句话在赵先生的身上得到了完美的诠释,接下来的日子里,赵先生表示还是会继续支持体育彩票,支持公益事业。

2022/12/8
星期四
壬寅年十一月十五

主管/主办:黑龙江日报报业集团 出版:生活报社 国内统一连续出版物号:CN 23-0017



总第11927期 今日8版

注意啦

乘火车不查核酸证明和健康码

进一步优化落实疫情防控“新十条”来了

●不得采取各种形式的临时封控

●无症状感染者和轻型病例可选择居家隔离或集中隔离

●连续5天无新增感染者的高风险区要及时解封

●加快推进老年人新冠病毒疫苗接种

A04



生活报讯(记者吴海鸥 薛宏莉)随着气温不断下降、松花江哈尔滨段的冰层加厚,第24届哈尔滨冰雪大世界的采冰工作已全面展开。据了解,这届哈尔滨冰雪大世界园区面积81万平方米,用冰量10万立方米,用雪量5万立方米,将为游客打造美轮美奂、异彩纷呈的冰雪欢乐世界。



图片由哈尔滨冰雪大世界提供

提供就业、就医、婚育等集成化办理服务
明年“办好一件事”进驻政务大厅
实现一站式办理

A02

哈市明年旧改 1055 万 m²
涉及 1704 栋楼体

A06

8 日	日	晴	6°C
	夜		-15°C
9 日	日	晴	6°C
	夜		-17°C
10 日	日	晴	6°C
	夜		-15°C

更亲
更近
更懂你扫二维码
订生活报4 种爆料方式
本报官微新街派 本报官博
龙头新闻 APP 生活报网