

咬指甲咬到出血 搓衣角搓到开线……

孩子那些“小毛病”背后的N种病因

生活报记者 刘维娜

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、工作压力等问题,共青团黑龙江省委员会联合生活报开通“12355 你的心事我来听”专栏,为龙江青少年服务。专栏推出后,引起了广大读者的关注,一些读者纷纷来电咨询,诉说他们的烦恼。一年没给孩子剪过手指甲,因为都被孩子咬没了;家里的枕巾已经被揉成布条,上学还要背在书包里;每件衣服的衣角都被揉开线了……你家孩子也有这些改不掉的小毛病吗?那就听听心理专家王宇老师是如何解析的。

指甲咬出血 感觉不到疼

今年上初二的小金(化名)从来不敢在人面前伸出自己的手,因为他的指甲被自己咬得完全变形,还有很多细小的伤口,而这一切还要从一年前他父亲的去世说起。

“我儿子在他爸爸去世后变得沉默了很多,渐渐地,我发现他无论是在写作业还是在看电视时,总喜欢把手放在嘴边,我没想过他这么大了还会咬指甲,等我发现的时候,他都把手咬破了。”小金的妈妈告诉记者,小金表示自己也不想,都是无意识的,感觉不到疼,“我想过很多办法,把他的手绑上创可贴,给他买了小孩用的苦甲水,都没有用,他也控制不住自己。”

王宇老师分析:

小金的这个情况比较严重,他是在父亲去世后缺乏安全感并伴有焦虑。很多孩子都有一些改不掉的小毛病,通常来说,像小金这样咬指甲的孩子可能是焦虑症、注意缺陷与多动障碍、抽动障碍等心理问题,也可能是非心理问题导致的,比如缺锌。

1.焦虑症:焦虑症是指在没有脑器质

性疾病或其他神经系统疾病的情况下,以焦虑情绪为主要表现的一种精神障碍,患上焦虑症的孩子会通过咬指甲来缓解焦虑。建议通过音乐疗法、认知行为治疗、森田疗法等方法进行治疗。

2.注意缺陷与多动障碍:注意缺陷与多动障碍的儿童可能会出现咬指甲的动作,一般来说,建议通过心理治疗等方法来缓解,具体包括认知行为治疗、家庭治疗、行为治疗等。

3.抽动障碍:抽动障碍主要表现为不自主的、反复的、快速的一个部位肌肉或多个部位肌肉运动抽动和发声抽动,可伴有注意力不集中、多动、强迫性动作和思维或其他行为症状。所以孩子咬指甲可能是抽动障碍导致的,建议家长在医生的指导下使用氟哌啶醇片、盐酸可乐定片等药物治疗。

4.缺锌:如果孩子平时比较挑食,导致营养不均衡,可能会存在缺锌的情况,从而出现咬指甲的表现,建议按医嘱使用葡萄糖酸锌片、甘草锌颗粒、赖氨酸锌颗粒等药物进行治疗。



即使孩子有这些小毛病,家长也不要太过于着急,可以通过以下几种方法尝试为孩子纠正行为:

- 1、家长不要过分在意3岁以下孩子的行为。对于小年龄段的孩子来说,这可能是一种安慰行为,如果家长过分关注并阻止,反而可能会强化这种行为。
- 2、对于某些只是偶尔有这些行为的孩子,家长也应当采取忽视的态度,无需太多关注,不要总是提示不許。
- 3、有些突然出现频繁咬指甲等行为的儿童,可能与儿童遇到某些有压力的情景有关,家长需要观察在什么情况下儿童会出现症状,帮助儿童化解相关的压力之后,症状便会自行消退。
- 4、部分从小就有咬指甲等行为的儿童,他们的纠正时间会相对较长。对于这种儿童,家长要更有耐心,不可采用打骂、嘲笑、讥讽、恐吓等方式,这样做会使孩子的情绪更加紧张,甚至产生自卑等不健康心理。家长平时应该多给孩子心理上的关注,鼓励孩子多交朋友,多陪伴孩子参加亲子活动或体育锻炼,消除造成孩子紧张焦虑的因素,用积极方式逐步转移孩子对这些行为的注意力。

大乐透派奖首期 3299 万得主现身



生活报讯(于正)日前,山东省德州的辛女士现身体彩中心,兑领大乐透3299万大奖。辛女士4月10日晚中得了大乐透第23039期一等奖,因为是超级大乐透10亿大派奖首期,她擒获的是一注3299万元超值一等奖。

11日,中奖者辛女士(化姓)在家人的陪同下现身山东省体彩中心领取了奖金,中奖票是一张30元的10注追加票。谈起购彩经历,辛女士坦言自己经常购买大乐透:“我十分喜欢大乐透,几乎每期都买,平时买的不多,一般是5注追加,最近大乐透10亿大派奖,还有‘一票10注’赢赠票活动,我当然不会错过。当天是10亿大派奖的首期开奖,想图个好彩头,我就多买了几张,全部是机选。”辛女士回忆起

当天的购彩情形立刻兴奋起来,继续说道:“当天我全凭第一感觉选号,屏幕上的机选号码出来,我看到觉得没有中意的号码,就让店主帮我重新选。这样机选了几次,都没有特别中意的。正当我说这次机选出来的没有‘好号’的时候,往下看到第10注让我眼前一亮,前区02、24、26、30、34,全部是偶数,并且其中包含了我的年龄、车牌号码数字,我还和站长打趣说这是我的‘梦中情号’呀!”开奖当晚,辛女士就知道自己中奖了,直言简直不敢相信,“是大乐透让我梦想成真!”

谈起这份超值奖金的用途,辛女士表示自己还没想好,奖金先存起来慢慢规划,但会先买一套房子安定下来。



小伙“压哨出票”擒200万

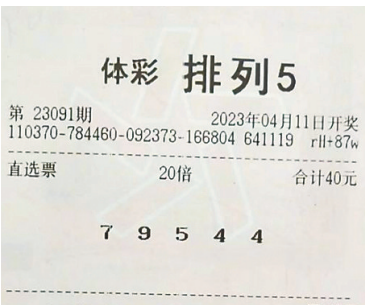
生活报讯(雪尘)11日,体彩排列5第23091期开奖,山东聊城购彩者一人中得排列5一等奖20注,喜获奖金200万元。

第二天上午,一位身着白色衣服的小伙子来到体彩中心办理兑奖手续。这张彩票购买时间是4月11日20时50分,共一注单式票,20倍的投注。说起这张票,孟先生(化姓)说可以用“惊险”来形容,险些就错过出票

时间。原来,孟先生一直有购买排列型彩票游戏的习惯,当天忙活完个人事情后,才想起今天的彩票没买,眼看要到截止销售时间了,便匆匆来到离家最近的体彩店,经过一番粗略研究后,孟先生分别购买了排列3、排列5的游戏票,票打印出来的时间距离截止销售仅剩10分钟。孟先生表示,自己经常研究号码,谈不上有什么经验,之前基本都是2至4倍地投,就在两个

月前,自己研究购买的一注排列5彩票前面的三个数都对,最后两个数也对,就是顺序与开奖号码颠倒了。自从那次以后,自己就像有预感,感觉迟早会中奖,便提高了投注的倍数,不过购彩也很理性,20的倍投已到极限。孟先生说,当期还购买了排列3游戏,进行了10倍投,也中了10注一等奖。

谈起奖金规划,孟先生说,准备拿出部分资金先把房贷还了,剩下的准备考虑做个生意,用这桶“幸运金”好好规划下自己的人生。



2023.4.16 星期日 癸卯年 闰二月廿六

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12049期 今日8版

权威资讯 匠心出品



一季度哈市12315

售后服务食品安全等是投诉重点 挽回损失80余万元

02

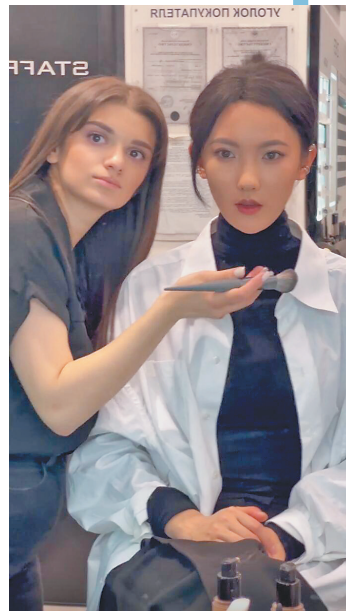
挑战全网『最短距离留学生』 黑河女孩宁琳视频爆火

坐船上学仅需一分半 去俄罗斯读研

未来计划继续读博 走遍俄罗斯



03



哈尔滨天气预报	16日	日夜	多云有降雨 晴		11℃ -2℃	偏北风3-4级 偏北风2-3级
	17日	日夜	晴 阴		16℃ 3℃	偏南风3-4级 西南风3-4级
	18日	日夜	多云 多云		18℃ 6℃	西南风3-4级 偏西风3-4级

更亲 更近 更懂你



龙头新闻客户端

报料热线

4种/报料方式/

本报官微
龙头新闻APP

本报官博
生活报网



生活报官方微博