

创造「神话」的「灵符」是种心理游戏

前段时间,淘宝网上出现了一种“奇葩”商品——灵符。回心转意符、斩桃花符、婆媳和睦符、心想事成符,等等等等,应有尽有。

这些“灵符”的奇葩之处,不仅在于其本身完全有别于传统观念中的“商品”,而且销量高得惊人,买家的评论也好得颇为出乎意料。以一张号称可以让感情疏远者回心转意、挽回婚姻,标价300元的“回心转意符”为例,

心理诱导的暗示作用

风水、算命、灵符,这些首先是一种心理诱导。人在遇到一些应激事件时,情绪自然会出现波动,对未来的不可知和迷茫使得安全感降低,心理依赖性增强,换句话说,就是我们在恐惧或不知所措的情况下,会渴望获得心理上的支持和行为上的指点。这种时候,我们改变现状的愿望会特别强烈,受暗示性比平时也要强。

灵符,或者算命、风水等,其实就是抓住了人们这一受暗示的心理,充分运用暗示的力量,就是说,当人们觉得这些东西能带来好运时,它便形成了一种精神上的支撑和鼓

“宁可信其有,不可信其无”

如果说风水、算卦等还有很多模糊概念的词汇和狡辩式的退路,那么“灵符”的灵验与否其实是一试便知的,可以说,即使按照传统的观念去看,随随便便的一个人,打出“大师”的旗号,并利用互联网这种现代的销售方式,大批量地销售所谓的“灵符”,竟然创造出这么大的“业绩”,其实也是荒唐得令人不可思议的。这就涉及到人们的一个普遍的心理——“宁可信其有”。

关于算命、风水、灵符等等,人们经常说“宁可信其有,不可信其无”,或者“信则灵”。其实,很多人算命也好,购买灵符也好,就是为了寻求一种心理安慰。正如有的网友所说,“自己也不是绝对相信有什么‘奇门异术’,但买符可能会带来心理暗示,能让我在焦躁不安、

有一个店家一个月居然成交2355笔,总成交额超过70万,并且买家们的评论几乎100%的好评。有人还在评论中“直播”灵符的神效:“昨天收到的,昨晚好像就梦到他了,但是很模糊。”

简单不过的迷信思想、拙劣的骗局,却引发了购物的狂潮,成就了“创业”的辉煌。姑且不用“愚昧”、“无知”等等字眼来形容这种现象,还是从心理学的角度分析一下吧。

励,从而使人们得到行为上的改变,然后把这些哪怕细枝末节甚至是牵强附会的改变,和所谓的“灵符”或者“大师指点”联系起来,慨叹“真的好灵哦”。

这有点像我们平时对某些“征兆”等的态度,比如说,很多人都相信“左眼跳财,右眼跳祸”,左眼皮一跳,便心情愉悦,干什么都轻松自如,反之则精神紧张,失误的几率也大大增加,于是,便说“征兆”灵验了。其实,这很大程度上取决于我们本身感受到的心理暗示,以及随之产生的种种精神和身体方面的反应。

绝望的状态中恢复平静,变得有期待。”这可能也是大多数购买者的初衷——姑且一试呗,掏钱购买一点心理上的慰藉,姑且相信那些超自然的力量是真实存在的吧,反正顶多损失点钱,总不会起反作用吧?

这也是为什么那些“灵符”好评如潮的原因。据报道,有买家询问不灵怎么办时,对方回复称“别还没开始就有不灵的想法,选择了就要相信”;有买家询问为什么不灵承诺的那样“显灵”时,则被告诫,之前购买灵符所付的钱是“功德费”,如果乱说,会起反作用的……

如此这般,谁还敢“乱说”?



图 慧欣

放弃自我努力会很危险

我们经常说,人生是漫长的,不会一帆风顺。在人生旅途中,不可避免的会遇到各种挫折和困难。从心理学的角度讲,当人们没有办法自主解决困境的时候,就会试图寻找外在的东西来暗示自己,在某种意义上,这可以说是一种积极的行为。

自己一个正向的心理暗示,促使自己向积极的方向努力,也无厚非。但是,如果只是盲从“灵符”的作用,陷入迷信的状态,把全部的希望都寄托在“灵符”上面,放弃自己的主观努力,就很危险了。

其实,自己的心态还是需要自己去积极地调整,多了解一些心理知识和常识,身处逆境时,敢于面对,积极调整,方为正道。

比如说,如此多的买家热捧“灵符”,对个体而言,如果是借此平和心态,给

专家提醒

舒迪



爱的教育

刚入学就赖学的女孩

综观状况,咨询师诊断,娟女儿是典型的学校环境适应不良症。这种症状一般起始出现在孩子进入新学校几个月内,因为环境的变化、人际关系改变、学习遇到困难等因素造成心理上的压抑、焦虑等不良情绪,又由于不良情绪而产生厌学、行为不端,甚至头晕、身体不适等各种症状表现。有研究表明,学校环境适应不良症如果不能及时解决,可能严重影响孩子学习,并成为目前学生中途辍学的最主要原因。造成学校环境适应不良症的原因有多方面,学校环境变化、家庭教养不当、孩子个性特点等都是因素。

娟最近特别烦恼,这烦恼来源于刚上小学的女儿。说起来真想不到,女儿在幼儿园挺优秀的,老师经常表扬她聪明又努力,大家都说这孩子,以后上小学一定是个好学生。娟自己也是这么认为的,所以当初周围不少妈妈纷纷担心自己孩子的幼小衔接问题,到处打听怎么帮助孩子的办法时,只有娟心里笃笃定定的,她相信自己女儿肯定不会有问题的。

事情的发展却出人意料,进入小学3个多月后,当初那些担心的家长孩子都适应得不错,而大家公认不会有问题的娟女儿,却偏偏出了问题。这是怎么回事呢?

原来,在幼儿园一贯出色的娟女儿,在进入小学连续几次测验练习中,都没有得到一百分。因为是刚入学的小朋友,本来老师也没有对学生提很高的要求,更没有对得不到满分的学生批评指责,反而劝说家长要给孩子适应期,不要一下子给孩子提太高的要求。而娟呢,原以为女儿进小学后成绩会依然名列前茅,娟对现状本能地有些失望,但也并没有对女儿说什么,只是告诫说要好好学习。虽然老师、家长都没有批评,但娟女儿自己却压力重重,每次拿到不满百分的答卷都会在课堂上号啕大哭,后来发展到看见试卷就紧张得手抖,最后甚至早上赖学不愿意去学校。

咨询师发现,娟女儿天性争强好胜不服输,家长在孩子幼儿期不仅缺少正确教导,反而利用自己的关系给孩子提供了特殊的成长环境。幼儿园的作业是没有成绩的,幼儿园老师因为与家长的特殊关系,过分表扬孩子,处处让孩子感觉自己高人一等;如此过度保护的成长环境,更助长了娟女儿只想赢不愿输的个性,让孩子完全缺乏抗挫能力。所以一旦失去保护伞,真正进入学习竞争,孩子就难以承受竞争的压力以及失败的挫折。

根据娟女儿只是小学生的年龄特点,我们运用故事与游戏疗法,帮助孩子调整认知,重新认识自己的优势,并且学会接纳自己的不完美,提高抗挫能力,学习沟通技巧,终于使女孩走出了困境。

吴亦君 亦君工作室主任,上海市心理康复协会理事,国家二级心理咨询师。 亲子博客: <http://blog.sina.com.cn/wwuyj>

牙龈出血 牙龈肿痛 口臭松动 缺牙掉牙 牙周病:烂光牙齿的“元凶”

时过立秋,牙周病再呈“爆发”趋势。不少人平时不注意口腔卫生,在夏季还贪食冷饮、熬夜,致使出现牙龈出血、肿痛、口臭等一系列牙周病症状,严重者甚至出现牙齿松动脱落。一旦出现这些症状,应及时就医。因为牙周病是危害口腔健康的“元凶”,不仅会导致牙齿整排掉落,让人年纪轻轻就成无“齿”之徒,而且还会引发全身疾病。

三类人是“高危人群”

研究表明,三类人是牙周病的“高危人群”。第一种为“烟民”,烟草燃烧的热和积聚的产物会使牙龈角化增加,促进牙龈斑和牙石量增多,诱发或加重牙周疾病。第二种是“孕妇”。怀孕后,女性体内雌、孕激素增多,免疫力改变,对细菌的抵抗力较弱,从而引发牙周疾病。牙周细菌还会导致早产。第三种为“压力人群”。这类人的工作、生活习惯往往不正常,更少从事体育锻炼,更易吸烟、酗酒而产生易怒、孤僻等负面情绪,从而产生强而持久的心理应激,超过机体的适应能力而致病。

万亿细菌“烂”掉牙齿

多数人口腔中有2000亿个细菌,如不注意口腔卫生,大量的菌斑、牙石,可让细菌聚集与繁殖达1万亿个。这些细菌“疯狂”侵蚀人的牙龈、牙槽骨,最终让人的牙齿整排脱落。而牙周袋里的大量细菌还会导致心脏病、中风、慢性肺炎、动脉硬化、肾炎等各种死亡率极高的疾病。且牙周细菌还能通过唾液传染,尤其在父母与小孩、配偶之间的传染几率极大,因此牙周病的防治关系到全家人的健康。

系统治疗六大要素

牙周病的防治是集颌生理学、物理学、咀嚼发音功能学、医学美容学于一体的系统理论,包含六大必备要素,首先,有保留价值且经过治疗的松动牙、残冠残根、龋病牙要获得固定,且稳定性要高。第二,缺失牙要获得补充,并和其他牙齿形成牢固的关联。第三,保护牙龈和牙槽骨的正常代谢。第四,治疗用材料必须有良好生物相容性及牢固度和舒适度,可伴终身。第五,治疗后需恢复正常的咀嚼功能和发音功能。第六,由正规医院专业医师操作。这六大要素是患者得到有效治疗的重要保证。此外,定期为牙齿做“体检”和“保健”,除掉牙结石,也是防治牙周病的重要手段。 文/朱报定

四种症状引起重视

生活中一旦出现4种症状就应引起高度重视。首先是刷牙或咬硬物时牙龈出血。第二是有持续性的口臭。致病细菌产生代谢产物都会造成口臭。第三是牙齿有松动、位置改变或咀嚼无力。这是牙周病到了中期或晚期的一种表现。第四是感觉牙缝越来越大。这是由于牙周病造成牙龈和下方牙槽骨的退缩引起的。

上海港华医院

口腔科 口腔内科 口腔预防保健专业 口腔颌面外科 正畸专业 口腔修复专业

沪医广【2012】第12-14-C404号 有效期至:自2012年12月14日至2013年12月13日止

地址:上海市淮海西路282号、286号 联系电话:021-52300035