

# 八成单身男女有“恋爱恐惧症”

调查发现,都市人群中,在向往爱情、追寻爱情的同时,恋爱恐惧也成为一部分人的心结。在恐恋群中,54%的人因糟糕恋爱经历导致“恐恋”,36%的人受身边人失败婚恋例子的影响,10%的人因父母离异或对家庭亲情寡淡。

恋爱恐惧症的主要症状表现在害怕受伤、担心没有回报及失去爱情。在恐恋族群中,67%的男性认为最主要表现是“受过伤,对爱怀疑”,而73%的女性则认为主要表现在“怕付出无回报”。

**恐恋理由多样:上海“没时间”,深圳“放不下”**

调查发现,“恐恋族”似乎很难快速开始一段新恋情,46.6%的受访人群已单身超过三年以上。同时,单身人士对于恐恋问题会用不同理由来掩盖。

上海近七成单身人士表示“工作太忙



没时间”,这一说法远高其他城市;近六成北京单身人群则以“享受单身”来回避恐恋问题;广州单身人群大部分则表示“圈子小太宅”导致单身;而深圳,则有超五成单身人群表示因为“放不下过去”。

**恋爱技巧课深圳受追捧**

据了解,婚恋专家逐渐受追捧,婚恋讲座及恋爱技巧课堂也悄然流行。

上周末,珍爱学院在深圳举办免费爱情公开课,吸引数百名单身女青年参加。恋爱中可以依靠一些“小心机”,促进双方关系的长期发展。这些恋爱技巧很多都是通过心理学说以及科学研究推理出来的恰当做法。

情感专家杨冰阳表示:“恋爱就像我们人类其他的行为能力一样,都是可以学习的,具有习得性。通过学习,可以让男生女生面临的很多情感问题得到解决,让他们的困惑更少一些,幸福更多一些。”

针对都市女性在择偶中表现出来的“挑剔”行为,知名情感作家陈禹则建议,女生不要只一门心思盯着功成名就的男人,而应该学会识别和接纳“潜力股”。毕竟,男生事业的黄金期或许在中年以后,因此,在青年时期,更需要女生用心地理解、支持与陪伴。

太平洋时尚网 2016.10.19

主持人找了50个人(25个大人和25个小孩),问他们同一个问题:“如果能改变身体的某一部分,你最想改变什么?”

**大人的回答是——**

“我想换一个额头,朋友们都说我的额头太宽了。”

“都喜欢高个子,我想长高一点。”

“我的脸太胖了,男友说不好看,我想变成瓜子脸。”

“我的耳朵太大,总有人嘲笑我是小飞象。”

## 两种不同的自我

“我的皮肤太差,想换掉。我多么渴望拥有一身人人都梦想拥有的小麦色啊!”

“都喜欢大眼睛的美女,我希望我的眼睛能变得更大些。”

**孩子们的回答是——**

一个胖胖的小女孩说:“我对自己的身体很满意,如果再有一条美人鱼的尾巴就更好。”

一个黑人小男孩说:“想要一个鲨鱼嘴巴,这样可以多吃点。”

一个五岁左右的小女孩说:“小兔子太可爱了!我想有一对像兔子一样尖尖的耳朵。”

一个在做游戏的小男孩说:“我希望自己像乌龟一样,全身长满厚厚的盔甲,这样就不怕子弹了。”

一个小女孩说:“我要一对翅膀,这样就可以飞着去上学了。”

一个在看恐龙动画片的小男孩毫不犹豫地说:“我渴望长出尖牙和利爪,我想变成一只力大无比的霸王龙!”

同一个问题,大人和孩子的回答截然不同——孩子们要的是一个能让自己满意的自我,而大人们要的是一个能让别人满意的自我。也许,这正是孩子永远比大人快乐的原因。

《知识窗》2016年第10期 文/蒋晓飞

# “点赞”让人愉悦 效果堪比赢钱

为何人们热衷于在社交媒体上收获大量“赞”?一项最新研究显示,“赞”让人获得的愉悦感类似于吃巧克力或赢钱,青少年的“点赞”行为更易受到其他网友影响。

发表在《心理学》杂志上的一项研究显示,当青少年发在社交媒体上的照片收到大量“赞”后,他们脑回路中的活跃区域与吃巧克力或赢钱时相同。

加利福尼亚大学洛杉矶分校阿曼森·洛夫莱斯脑地图中心的研究人员选取了32名13岁至18岁的青少年,让他们加入一个类似于图片分享网站的模拟社交网络。研究者在12分钟内向被试者展示了148张图片,其中包括40张青少年自己提交的图,并利用功能性磁共振成像研究他们的大脑活动。

每张图都被假定获得了来自其他青少年的一些“赞”,其实这是研究人员所

为。论文主要作者劳伦·谢尔曼介绍,当青少年提交的照片收到大量“赞”时,他们大脑中的很多特定区域会被激活。

其中,大脑纹状体中的伏隔核尤为活跃,这是大脑“反馈回路”的一部分,在青少年时期特别敏感。研究者还发现,收到大量“赞”后,控制人社会行为的“社会脑”区域和视觉注意区域都将被激活。

“点赞”也受“从众心理”影响。谢尔曼说,收获了更多“赞”的照片更易被青少年“点赞”,这意味着,青少年对信息作出的反馈取决于这些信息已经被多少同龄人认可,即便实验中的同龄人可能只是陌生人。而在现实生活中,这种“同龄影响”可能会被进一步放大,因为影响他们的将是身边熟悉的人。

社交媒体究竟对青少年是利是弊?

加利福尼亚大学洛杉矶分校生物行为学教授米雷拉·达普雷托说,在社交网络上与并不熟悉的人成为朋友,可能导致青少年更易被一些危险人物影响。

不过谢尔曼认为,青少年也同样会受到社交媒体上积极行为的影响,所以家长需关注孩子在社交网络上与谁互动,以及他们的网友发帖和“点赞”的内容。

研究还发现,与看到中性的照片相比,当青少年在社交媒体上看到烟酒、挑衅性着装等“危险性”照片时,脑回路中与“认知控制”和“反应抑制”相关的区域都不太活跃。

达普雷托说,这些区域在人脑决定是否从事某些活动时发挥作用。因此,过多接触包含危险行为的照片,可能会降低青少年对于危险行为的敏感度。

《奥秘》2016年第9期 文/秋菊

## 孩子要不要走进班级中的“小团体”

班级中的“小团体”,也称反班级型非正式群体,这类群体也称为自然团体,是相对于班委会、团小组等一类正式群体而言的,是无正式规定下学生自发形成的群体。

**同学之间的“小团体”分几类?**

调查显示,绝大多数校园中都存着一定数量的非正式群体,最典型的莫过于三五个学生组成的伙伴群体。有学者曾将班级内的“小团体”分为四种类型:积极型、中性型、消极型和破坏型。

积极型“小团体”:这类小团体的成员能够自发地组成互帮小组,利用课余时间相互切磋学习,共同争取优异的成绩。

中性型“小团体”:既有积极作用,又有消极作用。例如一些体育特长生运动会上可以为班级争得荣誉,可有时却会在教室内大声喧哗,影响其他同

学的学习和休息。

消极型“小团体”:通常是由差生或调皮捣蛋的学生组成的。他们常常会不管不顾,对班集体任何事都毫不关心,但一般不会有什么恶劣的破坏行为。

破坏型“小团体”:往往会对班级产生极坏的影响,通常会造成较大的危害,如偷窃、勒索他人钱财等。

**班级中为何会产生“小团体”?**

在小学和初中阶段,青少年之间容易出现一些“小团体”。形成小团体的原因其实很多:

1、从众心理。正处于青春期的青少年,缺乏辨别是非的能力,容易受周围同学的影响,如看到有一些孩子三五成群地聚在一起,就会自然而然地凑上去。

2、不想被“小团体”孤立。青少年往往更需要陪伴和关心,在小团体里,

大家互相关照,互相分享。小团体不会让参与者感到孤单。

3、有共同的兴趣爱好。拥有共同兴趣爱好的同学最容易形成小团体,因为大家志趣相投,有共同的交流语言。

**要不要加入“小团体”?**

“我要不要加入小团体呢?”很多青少年都会感到困惑。

对于积极型的小团体,比如英语兴趣小组、美术兴趣小组等,青少年要积极踊跃地加入。对于消极型和破坏型的小团体,比如由校园霸王组织的打架小团体,应该自觉抵制,并主动向老师举报这类小团体。面对不同类型的小团体,老师和家长要教育孩子理性判断它们的类型,远离不健康的“小团体”。

《知识就是力量》2016年第9期 文/任玉岩

## 女方父母最不待见哪几种准女婿

如果是一个女生的父母不待见你,可能是女方父母有问题,但是,如果好几个女朋友的父母都不喜欢你,那么,问题肯定出在你的身上。

**女方父母不待见哪几种准女婿?**

一、人品上存在明显问题,缺乏道德品质的基本标准。人品是所有女方父母衡量男孩的基本标尺,人品优秀的男孩大多会有较好的前途,待自己女儿应该也不会太差,因此,老人可以放心地将女儿交给他。然而,当老人观察到女儿的男朋友存在人品上问题的时候,绝大多数会投反对票。

二、缺乏起码的家庭教养,不懂尊老爱幼的礼仪规矩。从家教的好坏完

全可以看出男孩子父母的素质,也可以看出男孩子的生活生长环境、家庭经济状况,一个有良好家教的男孩会让人比较放心。如果明显让人感觉到缺乏家庭教养,要想闯过女方父母这一关,难度确实不是一点点。

三、从事的职业不够稳定,或没有一份有前途的职业。这是女孩父母最为关注的基本条件,没有职业就没有谋生手段,没有谋生手段就没有经济来源,而没有经济来源就谈不上婚姻幸福,这是最基本的道理。爱情可以不食人间烟火,但贫贱夫妻百事哀,婚姻必须是每天的柴米油盐,是需要面包的。

四、家庭社会关系太复杂,或是单

亲家庭长大的孩子。现在,许多健全家庭的女孩都不太愿意找单亲家庭成长起来的男孩,父母离婚后如果分别又都组建新家庭的,这种家庭关系就太复杂了。毕竟,让自己宠大的女儿不太擅长处理复杂的人际关系,复杂的人际关系也会给女方带来许多麻烦。

其他的重要问题还有:男方的学历低于女方,感到贬低了女儿的高智商;年龄的差距过于悬殊,甚至变成父母辈的同龄人;男孩缺乏上进心和责任感,不务正业到玩物丧志地步;男人的相貌太过奇特,实在会影响到基因的遗传;有过违法犯罪的前科,出狱后又没有正当职业的。

凤凰时尚 2016.10.19

一项由德国柏林自由大学完成的研究报告称,70岁以上的老年人和30岁以下的年轻人一样,性格都容易出现较大变化。

**过去研究:**

**性格随年龄增长趋于稳定**

新西兰奥克兰大学进行过一项关于人的性格稳定性随年龄增长变化的调查,测验了20—80岁男女志愿者个人的诚实谦虚品质,同时还包括外向型、友善度、责任心、神经敏感度、开发性等主要的个人特征。该研究显示,人的性格在青年时期基本成形,中年时逐渐稳定,50岁是最稳定的时候,步入老年后又逐渐衰退。专家指出这种变化可能与不同人生阶段所承受的社会压力和生理压力相关。

## 上了年纪性格会大变?

由于年龄增长,老人的个性会发生变化,包括健康及经济上的不安;由于生活上的不完全适应而产生的焦虑感;由于兴趣范围的缩小形成的孤独感;对身体舒适的兴趣增大;活动性减退;性冲动减退;感到寂寞;猜疑心加重;变得保守,喋喋不休,爱发牢骚;总好回忆往事等。

**新观点:老年人会性格大变**

在某种因素强烈影响之下,性格也是可以改变的。美国加州大学的心理学教授调查了13万名21—60岁的美国人和加拿大人,结果显示,一个人的特质并不是自30岁以后就不再变化,而是一生都在变化:人们在20多岁的时候比之前有更强的组织纪律性——这表明人越来越严谨;到30岁后,人们则变得更加喜欢与人交往,更乐于助人和慷慨——这表明人们越来越讨人喜欢;而在对经验的开放性上,则随着年龄增长而减少,表明人越老越保守。

德国柏林大学的研究表明,在某一性格特点突出的人群中,近四分之一的人会在70岁之后再次性格大变。

《广州日报》2015.2.15 文/佚名