

相关链接

·什么是恐惧症?

恐惧症,也称恐怖症,属于恐惧焦虑障碍,是一种以过分和不合理地惧怕外界客体或处境为主的神经症。

·恐惧症应该去哪里诊断?

唯一能够诊断这类疾病的地方,就是正规医院精神科或心理科。当然,如果症状很轻,不影响生活,没有痛苦感,那么不用诊断也不用治疗。也可以通过专业知识了解,进行自我诊断,并自我治疗,慢慢地消除症状。

·恐惧症分类

1.场所恐惧症

是一种焦虑恐惧障碍。恐惧的对象为特定环境或处境,如广场、闭室、黑暗场所、拥挤的场所、交通工具(如拥挤的轮船、火车车厢)等,尽管当时并无危险,但患者仍过分担心处于上述情境时没有即刻能用的出口、难以逃离或得到帮助。

2.社交恐惧症

又称社焦虑障碍,是对社交场合(如在公共场合进食或说话、聚会、开会,或怕自己做出一些难堪的行为等)和人际接触(如在公共场合与人接触、怕与他人目光对视,或怕在与人相对时被人审视等)。

3.特定的恐惧症

又称特殊恐怖症,对特定物体或情境、活动的局限性恐惧,恐惧的对象通常不是事物本身,而是可能产生的可怕后果,例如不敢接触尖锐物品者害怕用这种物品会伤害他人。

·恐惧症的诊断标准

- 1.符合神经症的诊断标准;
- 2.以恐惧为主,需符合以下4项:
 - ①对某些客体或处境有强烈恐惧,恐惧和程度与实际危险不相称;
 - ②发作时有焦虑和自主神经症状;
 - ③有反复或持续的回避行为;
 - ④知道恐惧过分、不合理、或不必要,但无法控制;
- 3.对恐惧情景和事物的回避必须是或曾经是突出症状;
- 4.排除焦虑症、分裂症、疑病症。

害怕回家的女人

株洲晚报融媒体记者/刘芳

恐惧在我们生活中是常有的一种反应,例如对上台表演、组团合作之类群体活动心生惶恐;在上课时,老师按照名单点个名字,只要没轮到,你都会提着一颗心随时要蹦出来。

罗芸常感到的恐惧,更严重些,让她神经高度紧张,内心充满害怕。

两次“生病”

对一般人来说,家是爱的港湾。但是,对罗芸来说,却充满恐惧,不敢回家。

罗芸还经常感到抑郁、悲伤,莫名地哭泣,总感觉有人跟着。

她知道自己病了,主动咨询心理医生。

她的发病有迹可循。

第一次生病是青春期,那时她还不知道自己病了。

小时候,父亲对罗芸特别严厉,家里重男轻女,她经常受欺负。后来父亲抛弃了一家子,重新组建了一个家庭。罗芸就成了没爸的孩子。

第二次发病是结婚后。这一次,她好像没有什么“非病不可”的理由。

成家后,她的生活看起来一切都挺正常,夫妻两人都有工作,钱够用,丈夫也不吃喝嫖赌。但是,罗芸很敏感,总能看到丈夫写在脸上的嫌弃,觉得夫妻之间没有爱情。

比如,罗芸烧菜很好吃,丈夫却从来没有夸过。心情好时,他会说“还行”,心情不好时,会责备她“把厨房弄得这么乱”。

丈夫总是无视她的付出。不只如此,丈夫一家子都不在意罗芸。比如,罗芸不吃葱蒜,但是去公婆家过节时,一桌子菜,连素菜里都放了葱蒜,全家没有人记得她的忌口。

失望积攒多了,就变成了绝望。这些年来,她的“病”一直没有好,反反复复。

不幸福的人一生都在治愈童年

什么是恐惧感?是指在真实或想象的危险中,个人或群体深刻感受到的一种强烈而压抑

的情感状态。其表现为:神经高度紧张,内心充满害怕,注意力无法集中,脑子里一片空白,不能正确判断或控制自己的举止,变得容易冲动。

幸福的人一生都被童年治愈,而不幸福的人一生都在治愈童年。

“家庭对于孩子的影响很大,如夫妻关系不良、爸爸的缺席、隔代教养等,都容易引起小孩心理问题。”市心理学会副会长牟毅分析,“上述案例的发生,在其童年已埋下了诱因。”

牟毅表示,基因、家庭不良行为模式、父母养育知识的缺乏、成长环境糟糕、家族遗传等都有可能激发了精神疾病的多发。我们无法选择基因,但我们可以选择环境或者规避某些致病环境,可以改变教育方式和方法,提前防范。

“心理咨询是一种健康的生活方式,能让生活走向更积极、健康的方向。”牟毅提醒,对于患者的治疗和恢复,不论发病的早和迟,都需要正确选择就医医院,筛选合适的心理咨询师和治疗师,并规范足量足疗程用药。

(文中罗芸为化名,为保护隐私,部分事实虚化处理)

制图/刘昭彤



新闻继续追

《我市停车场“圈地运动”调查》后续
备案手续仍未完善
多个停车场收费忙



▲亚都花园A栋前坪停车场道闸已拆掉。记者/姚时美 摄

本报讯(株洲晚报融媒体记者/姚时美)公家的地私人管理,审批手续不齐全、收费“内外有别”(详见本报7月16日A04、05版)。时隔三个月,昨日,记者对部分未办理备案手续的停车场“回头看”,发现除了个别停车场因工程施工关闭,其余停车场仍未完善手续,继续在收费。

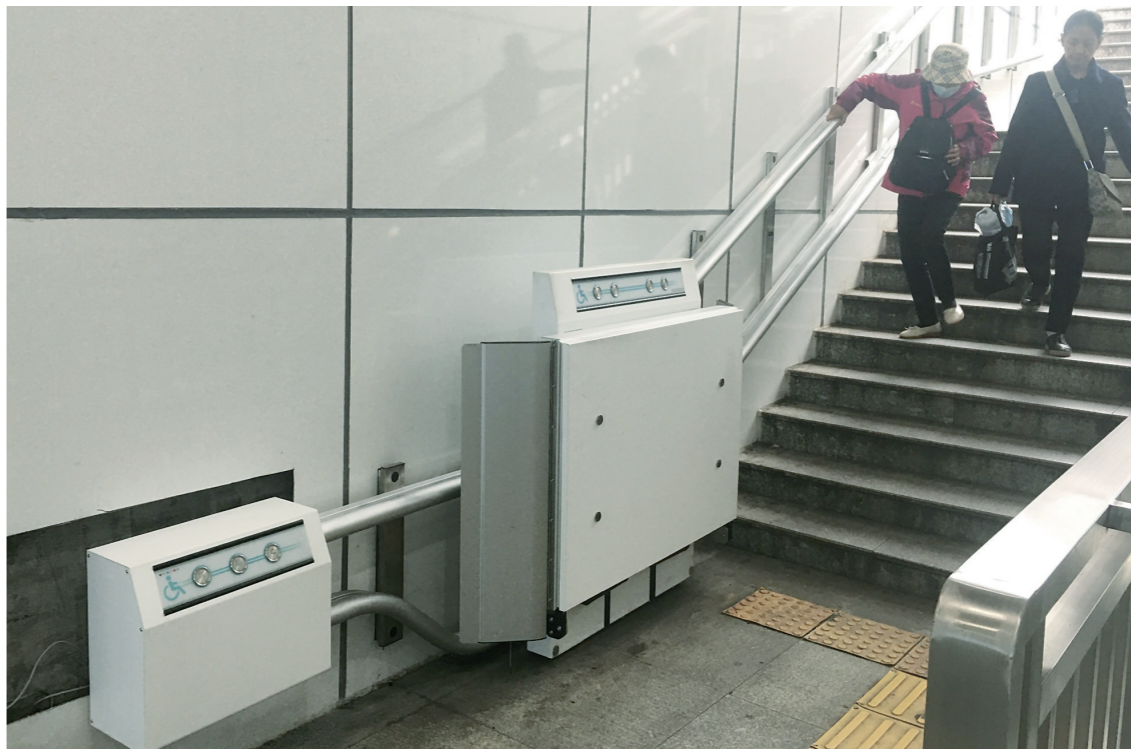
昨日上午,记者来到石子湖公园仁爱医院旁停车场,发现仍有人值守收费,记者停车超过其公示的半小时免费时段,被收取5元。因复杂的法律纠纷,该停车场的实际管理人既不是土地出让方公园管理处,也不是承租方刘先生,而是之前从刘先生处租赁公园内房屋经营餐饮的甘某,一直未办理备案许可手续。

铁东路核心段桥下公共停车场仍旧按次收费,记者刚把车停下,就被收取了20元停车费。负责人刘先生称,城管部门的备案手续和市发改委的价格备案手续均在办理中,本月内可以办理完毕。

天元大桥河西桥下停车场情况类似,车辆进场即收费,收费的男子称,都是按次收费,5元或10元,如果在旁边的花之林消费,则不收取停车费。这停车场也一直未办理备案手续。

天元区西苑路亚都花园A栋前坪空地停车场昨日已经设置围栏,社会车辆被清场,这里将建设人防工程。从12日起,开始为期一年的施工,完工后恢复停车场。

昨日记者已将上述情况反馈到市城管局,建议城管部门介入监管。



▲安装在中心广场地下通道的斜挂式无障碍升降平台。记者/刘平 摄

中心广场地下通道“轮椅人士”出入有点难
市民建议:引入无障碍出行服务

本报讯(株洲晚报融媒体记者/刘平)目前,位于中心广场的2座智轨列车站分别安装有一部斜挂式无障碍升降平台,可帮助坐轮椅的残疾人士出站、进站。然而,中心广场地下通道的其他出入口缺乏无

障碍设施,坐轮椅的残疾人士如何出入中心广场地下通道?

针对该现象,有市民和社会组织认为,可通过推行无障碍出行服务项目来解决中心广场地下通道轮椅通行困难的问题。

建议
地下通道出入口
推行无障碍出行服务

“有坐轮椅的市民需要上下楼梯,只需提前电话联系,社工或志愿者可迅速赶到现场提供服务。”市益民社会工作服务中心相关负责人介绍,芦淞区慈善超市是该中心承办运营的项目,设在慈善超市的办公点紧挨中心广场地下通道,社工可随时叫到,因此可在中心广场地下通道推行“与君同”无障碍出行服务项目,为有需求的残障人士免费提供上下楼梯服务。

“与君同”无障碍出行服务项目是益民社工中心于2016年推出,由政府购买服务,为行动不便的老年人、残疾人等群体提供无障碍接送、就医陪护等服务,解决上下楼不便等问题。

益民社工中心负责人表示,将与相关部门对接,申请将“与君同”无障碍出行服务项目服务范围延伸至地下通道。社工将在中心广场地下通道各出入口公示服务电话,提供无障碍出行服务。

昨日上午,记者来到石子湖公园仁爱医院旁停车场,发现仍有人值守收费,记者停车超过其公示的半小时免费时段,被收取5元。因复杂的法律纠纷,该停车场的实际管理人既不是土地出让方公园管理处,也不是承租方刘先生,而是之前从刘先生处租赁公园内房屋经营餐饮的甘某,一直未办理备案许可手续。

现状
中心广场地下通道轮椅难出入

今年上半年,中心广场地下通道新增了2条通往智轨中心广场站的通道。为满足残障人士等特殊群体的出行需求,2条通道配套建设了供残障人士出行的专用设施。坐轮椅的残障人士可借助该设施,在中心广场地下通道和智轨中心广场站之间来往。但地下通道的其他出入口,无障碍设施仍缺乏。

“出入地下通道不方便。”芦淞区慈善超市工作人员邹嘉欣介绍,有坐轮椅的残障人士前往中心广

场地下通道,需要找电梯绕道。为此,慈善超市工作人员特意在家润多广场、美佳手机城设置提示,引导坐轮椅的残障人士借助无障碍电梯绕道。

芦淞区慈善超市位于家润多广场负一楼,有地下通道直达。但坐轮椅的残障人士,需要先回家润多广场进入美佳电脑城,再乘坐电梯到达负一楼。在负一楼,有平坦的通道通往中心广场地下通道和慈善超市等处。

“僵尸广告车”查!

近日,家住天元区王家坪路、响合路附近小区的居民反映,家门口的人行道上,斑马线上,长期摆放着非机动车。

市民说,这种车看似和普通电瓶车没多大区别,但实际上是一些报废车辆,有的是只有个架子的“僵尸车”,车身贴满广告,长时间无人管理。

记者将此事反映给天元区栗雨街道办城管执法中队,该中队立即派出工作人员现场查看。经核实,未经批准占道摆放“僵尸广告车”行为,违反了《株洲市城市综合管理条例》有关规定。该中队工作人员找到当事人,开具了改正通知书,责令三日内整改到位。当事人表示会立即整改。(株洲晚报融媒体记者/邱鹏 摄影报道)

