



【心理科普】双十一,你准备好“剁手”了吗?

“我下单了啊!”

随后,你的下一份快递便搭上了飞驰的火车向你奔来,紧接着,它下了交通工具,被放在了那个狭窄的快递中心的储物间,和其它快递一起慢慢等着你。而此时,你在干什么?你拿着手机和室友研究图片和实物的差别,准备“剁手”下一份双十一的订单……

这便是网购风靡之后产生的一个普遍的群体——“剁手党”。《壹心理》是这么定义这一群体的:“剁手党,专指沉溺于网络购物的人群,以女生居多。这些人每日游荡于各大购物网站,兴致勃勃地搜索、比价、秒拍、购物。周而复始,乐此不疲。”然而小编想说的是,网购,事实上并非“剁手党”们想象得那样划算。他们常常买回大量无用的物品,却在事后意识到问题,瞬间生发“剁手明志”的冲动,但购物瘾一犯即把决心忘得一干二净,故而得名。“剁手党”就在无休止的欲望与后悔之间反复摇摆,结果依然摆脱不了剁手党的大部队。

为什么“剁手党”们明明知道会后悔,却依然会继续“剁手”呢?小编想试着来分析下这个让很多人深陷其中的心理

变化过程。首先在轻击鼠标加入购物车的瞬间,你完全感受不到纸币从手中流走所带来的“肉痛”,这也就大大减轻了财物上的财务危机感。紧接着当我们收到快递拆开包装,得到期待已久的东西时的喜悦更增添了一种满足感。最后,当这种满足感肆意膨胀,就会进一步地刺激了人再次购物的欲望,久而久之渐渐成瘾。最后的最后,你内心住进了一个小魔鬼,一而再再而三的踩着“冲动是魔鬼”的步伐。

如果你并没有觉得自己有太大压力,但却依然买个不停,那你或许是染上一种从众的消费心理。看到周围的人一个个加入了淘宝的队伍,开始讨论哪家的东西质量又好又便宜,他们热烈讨论刺激了你的好奇心,你想去看看,不想显得与大家格格不入,于是从此踏上了走向“剁手党”的路。和前文那种“重度剁手党”相比,这样的“轻度剁手党”还是可控的。

眼看着双十一临近,你是真的准备好“剁手”了吗?

(李逸涵 舒雅)

【心理课堂】女生的衣柜里天生就少了一件衣服

香奈儿说:“我们不住在房子里,我们住在自己的衣服里面。”

的确,对大多数女生来说,很多衣服挤满了那个不怎么大的衣柜。这些衣服要么丑了穿不出去了,要么肉多了塞不进去,所以她们的衣柜里总是少了那么一件衣服,只能以不断的增添新衣来发现这么一件衣服。所以男生们一直很好奇,女生为什么总是在买很多新衣服。

本期心理课堂,小编来和广大的男童鞋聊聊女生的这一让你们百思不得其解的“通病”,从而更好的体会“女人心,海底针”这么一句颠扑不破的真理,对各位单身汪们绝对也是“百利而无一害的”良药哟!

看点一:女生都是善变的动物,购物完全看心情

她们上午喜欢这件衣服下午就喜欢那件衣服了;今年流行这个颜色和款式,明年一定会变;心情不好的话买衣服就能高兴一天;衣服打折在她们看来等同于不要钱,不买就是亏了……还有千万种,小编就不一一举栗子了,女生就是这么滴善变,天底下没有不善变的女生,只是她们不愿意面对而已。怎么样,又没有说中你的“她”或者你心里的“她”呢?

看点二:女生都有“搭衣癖”,衣柜里永远少一件

买了一件大衣需要裙子搭,买了裙子又要靴子搭,买了靴子又要短裤搭,差不多搭好了,突然又想换一种风格,然后买来一件机车皮外套,又要短T内搭,然后又发现还缺一条高腰牛仔裤,突然发现把高腰牛仔裤换成半身长裙更有范。你看到的“她”是不是每天不一样,没有一天重样的呢?

归根结底,在小编看来,人心都是不能满足的,那么女生的心就更难满足了把。

买,还是不买呢?

让我们先来一句哈姆雷特式的发问,再做一道算术题来解答各位男女童鞋的疑惑。

一个女生,如果她能活 80 岁,从 18 岁开始自己买衣服,到 40 岁时已经不再过度追求外表了,她一生中可以自己选衣服买衣服的时间也不过 22 年,就算每年十套衣服(套,不是件),一辈子也就 200 多套衣服而已。

一个女生,爱美的女生,一辈子,200 多套衣服就打发了。所以,不管如何去算这个帐,真实描述也好,偷换概念也罢,最主要一点是在能承受的起的前提下去买。我们大多数人都花在父母的钱,真的要掂量掂量。我们都是大学生一枚,为了以后整个衣柜的香奈儿、迪奥,现在不妨好好学习,为了“白富美”奋斗吧。(原梦晓 李颖敏)



【心理实验】理性消息,拒做“负二代”

“能借给我 1200 块钱吗?”

2 月 13 日,新疆农业大学的张扬扬向朋友借钱,说还贷款用。在读的大学生,怎么会有贷款呢?张扬扬说,他是 2014 年 10 月初在网上贷款买了两部 iPhone6 Plus 手机,“送给女朋友一部,我自己留一部”。张扬扬说,高档手机算是奢侈品,向父母要钱不合适,分期还款会有些压力,但他可以做家教挣钱还贷款。

在校期间,张扬扬通过兼职挣钱如期还贷。“今年寒假比较早,我回家后就没有了收入来源,不能顺利地还款了。”张扬扬说,“网站工作人员打电话催我,说若不及时还款会联系我的父母。”(消息来源:《巨和资讯》)

除了 iPhone 手机,还有一些其他的超水平消费也会让大学生产生贷款消费的想法,那这样不理性的消费行为到底是出自怎样的心理呢?下面就让小编给你们说道说道。

1、盲从心理

盲从心理又叫从众心理,是指个体在群体的压力下,会放弃自己的意见,而采取和大多数人一致的意见。我们平时所说的“随大流”就是一种从众行为,一般是因为对自己的判断缺乏信

的“月光族”哦!

3、培养科学理财观。

诺贝尔经济学奖罗伯特·清崎曾说过:“理财是测算你能留住多少钱以及能让这些钱为你工作多久能力。”因此,同学们要多一些理性的规划与预算,在日常生活中养成记账的良好习惯统计出本月的总花费以及算出各类花费占总花费的百分比,看,消费是否合理,记住“钱要花在刀刃上”。

4、积极参加文体活动。

在学习之余,各种社团活动,党团组织,志愿活动等精彩纷呈,同学们可以根据自己的兴趣参加一些活动,从而减少购物时间,丰富自己的业余生活。大学如此美好,光购物多没意思。大家应多进行体育锻炼,强身健体;多阅读书籍,增长知识,祝大家轻松摆脱“购物瘾”!

(张祥 王满玉)



插画设计:陈杨



湖北大学心理
健康教育中心

如果说人生像一部电影,大学生活无疑这是出戏里最精彩的一幕,它充满了学习、成长的挑战,隐藏着困难、起伏和挫折,有时候我们会迷茫甚至沉沦,有时候我们感到痛苦,无助……湖北大学心理健康教育中心的设立,正是为了让同学们能够在大学期间得到更好的学习与成长,我们将以“尊重 理解 接纳”的方式来关怀人心,尽力让每一位来访者感到温暖,获得心灵的成长!

本校区地址:
大学生活动中心背面 2 楼
(88666383 88739571)
阳逻校区地址:
三栋学生宿舍侧面 1 楼 (89637001)
预约时间:
周一至周五
8:30-11:30
14:00-17:30;
周六 8:30-11:30
预约方式:
当面预约/电话预约
中心网站:
http://soft.psy.com.cn/2008/hbxdx/湖北大学主页“快速链接”栏,点击“心理健康”

每周六晚 7 点佳片有约,期待您的光临!(详情请见湖北大学心理健康教育中心官方 QQ:322948955)



沙湖蕊报社征
稿启事

“有那么一个人,对我来说很重要……我们一个像夏天,一个像秋天,却总能把冬天变成了春天”。

沙湖蕊报社现面向全校征稿。请以“一个重要的人”为话题作文,题目自拟,体裁不限,1000 字左右(文末附作者姓名,专业年级及联系方式)

投稿方式:
请将 Word 文档发送至邮箱:
3229489556@qq.co
截稿日期:
2015 年 12 月 5 日

截稿后会选出优秀稿件刊登于报刊上,并给予作者稿费及纪念品,欢迎大家踊跃投稿。

责任编辑:伍仪
欢迎投稿:3229489556@qq.com



近期“叶良辰体”火遍网络,是霸道总裁的真霸道,还是傲娇之心又蠢蠢欲动?那么,“傲娇”究竟是什么?又有什么样的小秘密,如此吸引眼球呢?

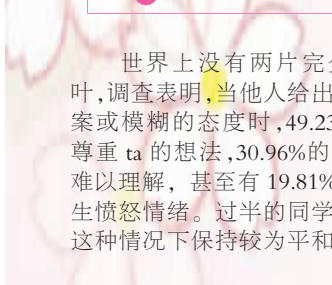
傲娇(ツンデレ)发源于日本美女少女游戏中,如今已被广泛运用于动漫、大众媒体等文化中,据说也是萌属性的一种,是指说话带刺,态度强硬高傲,不讲道理,但是在不同环境条件下,又会迅速从任性蛮横转变成害羞温柔、撒娇发嗔的状态,说白了就是外冷内热。在心理上又称为反向作用,是心理防御机制的一种,指人们在处理一些不能被接受的欲望或冲突时,采取一种与本意相反的行为机制来抑制、回避内心的焦虑恐惧和真实意愿。(来源:壹心理网 豆瓣心理专栏)

看似很傲娇,实则求赞求关注

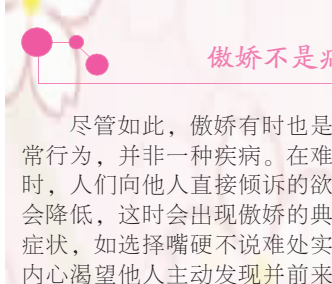
凡人如我们,不是读心高手,因此傲娇的人们常常因为表里不一,口是心非而引起不必要的误会和麻烦,“傲娇”也多被认为是成熟的表现。这常体现在恋爱中的男女身上,作



通过本次调查小编发现,有近 88%的同学认为,人们“会因傲娇被误解,进而产生不必要的麻烦”,80.5%的同学认为,人们“会因傲娇错失一段友情与爱情”。那么,傲娇真的会如此严重



我们发现,在所有的调查问卷中,64.4%的同学不属于“外表高冷,内心火热”的傲娇人群。生活中遇到一些事情时,他们更倾向于采用较为直接的方式表己所想,做己应做。这可以让大家减少很多顾虑和猜测;然而我们发现,如果是遇到烦心事,一个人难过的时候,



世界上没有两片完全相同的树叶,调查表明,当他人给出不直接的答案或模糊的态度时,49.23%的同学会尊重 ta 的想法,30.96%的同学则表示难以理解,甚至有 19.81%的同学会产生愤怒情绪。过半的同学还是不能在这种情况下保持较为平和的心态。因此,遇到意见无法明晰的情况,大家就要走出“封闭”的自己,平时不爱提出意见的同学要学会主动、自信的提意见;而那些傲娇的孩纸也应该放下架子,积极沟通。

其实,不仅是在处理问题上,在日常生活中,我们也要把握好分寸,任何

心理聚焦

“傲娇”里的小秘密

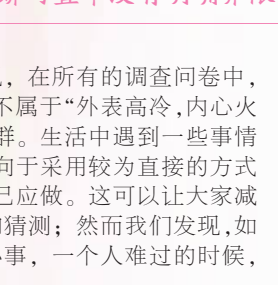
度强硬高傲,不讲道理,但是在不同环境条件下,又会迅速从任性蛮横转变成害羞温柔、撒娇发嗔的状态,说白了就是外冷内热。在心理上又称为反向作用,是心理防御机制的一种,指人们在处理一些不能被接受的欲望或冲突时,采取一种与本意相反的行为机制来抑制、回避内心的焦虑恐惧和真实意愿。(来源:壹心理网 豆瓣心理专栏)

论傲娇的表现:傲娇说什么都反过来说;傲娇其实都很心软;傲娇说没事了,千万不要信;傲娇其实很贴心,只不过不好意思主动;傲娇会突然心绪不宁没耐心;对傲娇要多一点包容,最好当做孩子宠;傲娇难过的时候其实只需要你抱起他拍拍头说一句“我在”;傲娇开心的时候会在你面前得瑟,一副想知道求我的表情;傲娇只不过是没长大的孩子。

为何“傲娇”的人更容易吸引异性

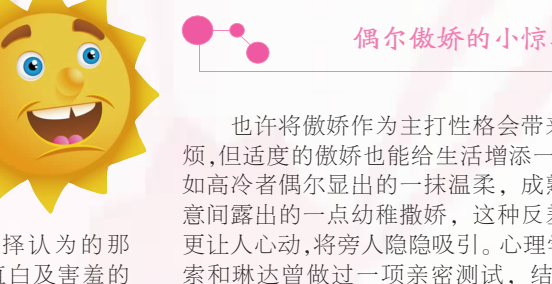
为调剂亲密关系的一种方式,所以就算是任性蛮不讲理,也隐隐地散发着傲娇萌的气息,其实这种心理本质上是求赞求关注。(来源:壹心理网《万万没想到》)

实验中发现,人们对待那些喜欢自己的人,即使刚开始时表现得漠不关心,但后来就会不由自主地向对方来示好。两位心理学家将这种现象取名为“好感的传递”。(来源 中国心理健康网)



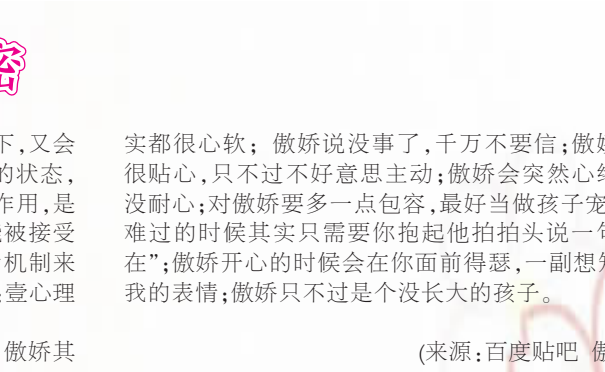
我们发现,在所有的调查问卷中,64.4%的同学不属于“外表高冷,内心火热”的傲娇人群。生活中遇到一些事情时,他们更倾向于采用较为直接的方式表己所想,做己应做。这可以让大家减少很多顾虑和猜测;然而我们发现,如果是遇到烦心事,一个人难过的时候,

我们不难发现:绝大部分同学认为傲娇会产生不必要的误解,更甚则会错失一段友情或爱情。傲娇者们在遇到朋友求助时嘴上嘲讽拒绝,转身却默默帮助搞定一切,但仍被不知情的好友误认作不讲义气不值结交;想获得恋人关注认可却被当做蛮不讲理、矫揉造作。在被问及对傲娇的看法及对其想说的话时,更有同



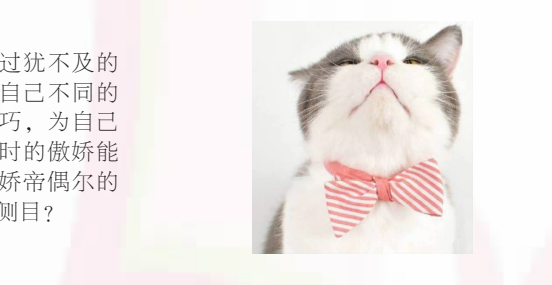
一种性格的表现,都存在过犹不及的问题。我们甚至可以把与自己不同的性格表现作为一种社交技巧,为自己加分;试想,亲和力强者的傲娇不能加强自己的威信;傲娇帝偶尔的傲娇卖萌会不会引起你的侧目?

其实,不仅是在处理问题上,在日常生活中,我们也要把握好分寸,任何



它存在的道理,每一种存在都是最好的存在。看来,打破交往的隔膜,关键在于完善我们的性格。

会毫不犹豫地给予帮助,24.15%的同学选择嘴上讽刺,实则提出建议,这让小编又看到了来自地球的善意。可见,傲娇也好,直率也罢,绝大多数的同学们都是正直善良的存在。所以,小编在此提醒大家,莫要因为性格不同而对他人进行攻击,对方往往也是个善良宝宝。



学坦言认为他们虚荣心强,希望他们能放下蔑视别人的心理和自身所谓的架子,与他人好好相处。而这只是日常生活的一个缩影,傲娇者们常常被冠以类似的词句,甚至遭到他人的疏远,造成其周遭人际上的困扰和障碍。但小编认为,这万万不是那些本意只是求赞的傲娇青年们渴望看到的局面。

也许将傲娇作为主打性格会带来些许麻烦,但适度的傲娇也能给生活增添一抹亮色。如高冷者偶尔显出的一抹温柔,成熟者不经意间露出的一点幼稚撒娇,这种反差萌反而更让人心动,将旁人隐隐吸引。心理学家阿隆索和琳达曾做过一项亲密测试,结果显示,“一开始反感后来有好感”的异性的吸引力显示出压倒性的优势。这毫无疑问是傲娇的致命魅力所在,这种反差的存在比一成不变的一面来的更加令人欣喜,正如世界因有四季的变化而精彩,春光景明夏波粼粼秋叶潜山冬雪皑皑令人迷醉,但若终日面对任何其一,日久天长,怕也是会乏味的吧。但正是因为有了不断的反差,我们才更加深爱这个世界。同

样的道理,偶尔的傲娇也会让人眼前一亮,自动在心里给你打了 233 个大赞!

那么,如何改变自身傲娇帝的现状,做出一些改变呢?以下是我们的一些建议:

- 1.在和旁人相处时,不妨试试对他人少一些防备,多一许热情。学会去拥抱世界,世界也会报之以歌声。
- 2.难过低沉的时候,不要一味地等待,学会主动向身边的朋友倾诉,告诉他们你的苦恼,让心中的抑郁得到及时的排解。
- 3.不要让语言成为你尖利的刺,抵触他人的靠近,慢慢去表达自己内心的真实意愿,真实地去做,更要勇敢地去爱。