

总冠名单位: 广东海龙厨业有限公司
主办单位: 茂名日报社
茂名市美食文化行业协会
茂名市食品行业协会



“今天去吃猪大王!”

猪大王猪杂店为您安排“一日三餐”

文/图 茂名日报社全媒体记者 张伟浩



扫一扫
看视频



茂名晚报讯 天刚蒙蒙亮,夜色尚未完全褪去,早起工作的上班族、晨运者、或是刚下夜班的劳动者……陆陆续续地走进猪大王猪杂店,随着他们的成功下单,香气四溢的粉皮或是仍在翻滚的猪杂粥不多时便端上到他们桌前,客人们随即动筷,以好吃满足的简食开启美好的新一天。

位于市区官渡三路194号的猪大王猪杂店,店内桌椅摆放整齐,地面干净整洁。该店主打高州仙人洞粉皮以及新鲜猪杂粥,价格优惠、食材新鲜、味道鲜美,令不少市民前来点餐消费。老板潘总表示:“做粉皮就要用来自农村的糙米,糙米经过4小时的浸泡清洗后拿去石磨研磨成浆,然后再把米浆放回石磨重复研磨一遍,这样米浆就会细腻丝滑,用无添加的纯正花生油调配后放置于布上开始蒸,蒸熟后这样一份好吃的粉皮就成型了,粉皮无论是用来捞、炒,或是做汤粉,都一样非常美味。”说到这里,潘总突然笑着说:“这里用的水,是从深井抽出来的,井水非常甘冽清甜,为做出来的食品增色不少。”

厨房内热火朝天,火灶处火焰翻腾,锅内粉皮被炒至金黄装碟,散发着诱人香气。厨师介绍道:“我做厨师几十年了,最讲究的是‘锅气’,用大锅大火炒出来的粉皮,色泽好、味道香,容易令

人胃口大开。”

记者当日在店里窗口处看到,刚运来的新鲜猪杂摆放整齐有序,肉质鲜嫩,不远处灶台正煲着一锅锅的猪杂粥,蒸汽弥漫,香气扑鼻,令人食指大动。后厨厨师手起刀落,清洗干净的猪杂在他刀下被迅速分成细块装盘。据店员介绍,这些猪杂全是刚屠宰好就运送过来的,保证新鲜卫生,店里猪杂不仅用来煲粥,做猪杂汤、猪杂汤粉汤饭、炒猪杂等,味道都非常正。

一位顾客打着饱嗝满足地告诉记者:“我刚吃完粉皮和猪杂粥,粉皮口感细腻有韧性,搭上调配好的酱油,放进口里,瞬间我就觉得‘燃爆味蕾’,味道一流;猪杂粥上来时粥水还在翻滚,粥粒饱满,猪杂翻腾,香味弥漫,有谁能经得起如此诱惑?无论是脆嫩的猪肠还是鲜美的猪心、猪舌,经师傅炮制,吃下去齿颊留香,无不令人想再来一份。”

据了解,该店24小时营业,除了主打的石磨粉皮以及新鲜猪杂粥,还有生蚝、猪尾煲、小龙虾、河虾煲、牛蛙等美味佳肴,早餐、午餐、晚餐、宵夜全天候,一站式解决吃喝问题,不用再烦恼每天吃什么。

地址:
茂名市官渡三路194号
电话:
19216699279 3399279

基于学生积极品格养成的心理辅导方法探究

深圳市福田区福南小学 李群女

积极品格的构建,不论对学生的学业发展还是心理健康,都有着重要的积极意义。使学生能够以积极向上的心态面对学习和生活,消除学生内心的消极情绪及负面心理。如何有效给予学生心理辅导、使学生拥有健康的心理,确保学生能够逐渐养成积极品格,有效降低心理健康问题的产生概率,是当前学校及教师应关注的重点问题。

一、积极心理品格的概况及内涵

积极心理品格涉及多个方面,心理健康的理想状态是保持性格完好、智力正常、认知正确、情感适当、意志合理、态度积极、行为恰当、适应良好的状态。对学生而言,通过培养积极心理品格能够使学生成为有责任心、仁爱勇敢、团结合作、积极创造的人。从学习的角度而言,积极心理能够使学生逐渐养成热爱学习、好奇心强、诚实善良等优秀品格。

就积极心理品格的内涵来看,主要体现在两个方面:一是从主观幸福感出发,帮助学生养成积极的心理情绪及感受,包括如快乐、自豪、感激、满意等;二是从乐观的心理品质出发,培养学生学会协调和管理自己的情绪,使学生能够在自己调节情绪的同时,积极应对和解决问题。

二、阻碍积极心理品格形成的原因剖析

作为教育工作者,必须掌握一定的心理健康教育知识,构建“专职心理健康教师+班主任+学科老师”的完整心理健康教育体系,确保学生健康快乐成长。

但是,由于受到遗传和环境的双重影响,尤其是幼年时期的原生家庭的教

养方式,对心理健康的发展影响甚大,有些孩子甚至产生各种心理问题。那么,学生产生心理问题的原因都有哪些呢?

(一) 个人的性格不够完善

有些孩子由于出身贫寒,生活困难,与别的同学相比,觉得自己家庭经济条件实在太差而表现得敏感、自卑、脆弱、固执。

(二) 学业压力引发的心理问题

学业造成的心理压力通常发生在学业困难的学生身上,因为长期在学业上的失败,学业困难的学生通常非常不自信,做事犹豫不决,对周围事物不感兴趣,像个隐形人。但是,学业的压力并不仅仅在学习困难的学生的身上产生影响,一些平时学业成绩非常优秀的学生也会出乎意料的存在心理问题。这些学生由于父母的期待,或者父母对孩子的评价标准单一,造成这些孩子的“自尊心”比较强,受不了一点点的挫折,实际上,这些孩子恰恰是心理脆弱的,心理非常敏感,表现出来就过度“自尊”。

(三) 原生家庭的问题造成的心理创伤

一些孩子由于家庭教育不当,成长于粗暴、权威或者不和睦的家庭氛围,渐渐地心理产生偏差。

(四) 人际关系不良,不能适应环境

这个学期,我班转学来一个孩子,长得非常机灵,上课发言非常踊跃,对人也很有礼貌,就是一个优秀学生的样子。但是渐渐地,我发现,孩子并没有像他表面那么健康,一些问题逐渐的显露出来:

1.跟小组同学处不来,作业从不让组长收。

2.容易冲动,对自己的生命缺乏责任感。有次在课堂上发言,周围同学议论了一下,他瞬间愤怒起来,站起来跟同学争执,几句下来,抓起圆珠笔准备刺自己,幸好同桌抱住他,另一个同桌抓住他拿圆珠笔的手,阻止了他的自残行为。

正是因为各种心理问题是客观存在的,会严重影响学生的身心发展,引起学生焦虑、失眠甚至记忆力减退,导致学生不能适应环境,影响学生跟他人的正常交往,严重还会危机学生的生命。所以,教师要提高对心理健康的认识,积极开展学生心理健康状况的全面排查。综合动态、静态信息,实时获取个体心理状态变动信息,实现对个体心理全过程全方位的监测与危机预警,针对不同预警级别的学生要及时分别进行心理危机干预。

三、基于学生积极品格养成的心理辅导方法

(一) 建立良好的师生互动关系

与学生进行互动交流,能够使教师及时有效地了解学生的心理状态。事实上,现阶段大多数学生都不愿意将自己内心真实的想法告诉教师,其主要原因在于学生对教师存在一定的畏惧及不信任心理,害怕教师对自己的想法严厉呵斥,或是以自己无法接受的方式帮助自己等。因此,教师在与学生交流时,以和蔼、平等、尊重的态度亲近学生,与学生交流。从而帮助学生找到问题的根源及解决办法。

(二) 开展丰富多样的实践活动

教师适时组织开展实践活动,以观察学生行为的方式,对学生存在的问题

进行判断和指导。作为教师,在开展活动之后,对学生行为进行观察,将学生所表现出来的不良情绪及时记录,以便与学生交流和沟通,借此帮助学生进行心理疏导,促使学生能够逐步养成积极品格。

(三) 家校合作双管齐下

家庭教育对学生的心理发展有着极大的影响力,甚至在一定程度上远高于学校对学生的心理健康影响。因此,家长的参与意识尤为重要。教师可增强与家长之间的互动交流,及时纠正家长错误、陈旧的思想观念,使其能够为学生建立良好的家庭氛围,以科学正确的方式参与学生教育,使学生逐渐形成积极健康的心理品格。

结语

总而言之,学生的心理健康发展极为重要,学校及教师应提高对学生心理健康问题的关注,通过构建和谐师生关系、开展实践活动、家校联合等方式,结合学生发展特征,积极采取有效措施,帮助学生逐步养成积极品格,使其能够有效解决当下存在的心理问题,更为积极、乐观地学习和生活。作为一名教师,首先应成为一名优秀的倾听者,进入学生的精神世界,并设身处地体验这个精神世界,然后用言语准确地表达对学生内心世界的理解。多一点耐心关爱,少一点批评苛责!多一点引导帮助,少一点简单粗暴!多一点好奇倾听,少一点先入为主!无条件积极尊重学生,运用心理学的方法和技术帮助学生,使学生健康快乐地成长!