

非常视点 纾解年轻人“社恐” 关键靠“自疗”

张玉胜

越来越多的90后、00后认为自己“社恐”。据《光明日报》报道,在日前发起的一项网上调查中,参与投票的2532名网友给出了一个惊人的结果——仅69人认为自己没有社交问题,97%的参与者存在回避甚至恐惧社交的现象。同时,越来越多的年轻人享受独处,依靠手机建构和维护自己的社交网络,在虚拟世界越陷越深。

社交工具升级、社交能力降级,是当下年轻人的一种生活实际尴尬。这种“社恐”心理不只表现为相关调查数据的高企,更有“线下独处、线上‘热闹’”的生活现实佐证。社交焦虑症在医学上称之为社交焦虑障碍,常发于青少年或成人早期。不过,当下许多年轻人自称的“社恐”尚未达到疾病的程度,只是一种对社交回避、抗拒的负面情绪,但这种带有倾向性的社交焦虑,却需引发人们关注。

聚集、交往是人类活动的常态现象,与人的本能天性、个体发展和社会进步息息相关。在科技进步、信息发达的当今社会,年轻人也同样没有泯灭“交往”的欲望,只不过是这种诉求倾注在了网上、借助于社交软件。一个“加为好友”就可将陌生人拉入朋友圈,能发微信讲的小事就不打电话,能打字说清就不发语音,该参加的婚宴以红包贺喜代替等等,正是这种手机依赖症,让该交际的现实往来变为虚拟。

年轻人热衷线上社交的热闹,但不能消解“社恐”焦虑,反而会拉大与他人的心理距离。社会心理学家描绘出的“群体性孤独”现象,就真切地发生在我们身边:家人在一起不是彼此交心,而是各自在看电脑和手机;朋友聚会不是叙旧畅谈,而是拼命刷新微博、微信;课堂上老师在讲,学生在网上聊天;会议中别人在发言,听众在看新闻头条。

剖析导致年轻人“社恐”心理的成因,或可追溯到单调生活经历和简单生活阅历的习惯成自然。比如圆于“自我轴心”式的溺爱成长环境,缺乏对亲戚、邻里关系等传统社交交往的体验,但归根结底却是与对线下社交的自信缺失、胆量缺乏和实践缺位不无关联。

纾解年轻人的“社恐”症,关键还是要靠“自我疗法”。最好的医生是自己,矫正年轻人的“社恐”心理,还是要致力于提高自身的社交自信、社交勇气和社交本领。首先,要消除“恐惧症”。社交不是不敢染指的洪水猛兽,而是不可或缺的生活常态。回避、抗拒不过是自欺欺人,唯有直面现实和积极参与,才能在社交实践中学会社交,这就需要正确地评价自己,发掘自身优势,铭记尺有所短、寸有所长,坚信天生我材必有用,学会在人际交往中扬长避短。

其次,要保持平常心。社交是平等交往、诚意交流和坦白做事。要友善地对待别人,多些乐善好施,在帮助他人时忘却自己烦恼、证明自身价值;不苛求自己,能做到什么地步就做到什么地步,只要尽力了,不成功也没关系。找个倾诉对象,有烦恼一定要说出来。

反馈 驾车莫搞“小动作”

刘奂明

贵报8月27日评论《别让手机成驾车路上“催命符”》,对每一个驾驶员来说都是善意的提醒,值得每一个驾驶员认真思考。

大家稍加留意就会发现,一边驾车一边吸烟、吃东西、拿着手机接打电话或观看微信视频等现象,在大街上屡见不鲜。殊不知,这些潇洒驾驶行为的背后存在巨大隐患。

因汽车保有量逐年增加,路况日益复杂,突发情况随时都有可能发生,驾驶员必须全程聚精会神心无旁骛才能万无一失。尤其驾驶公共汽车、校车的驾驶员,更不能心存半点侥幸,不能有任何疏忽大意。如果非要接打电话,应该严格遵守交通法规,将汽车暂时停靠在安全地带,决不能在行驶途中接打电话。

俗话说“一心不能二用”,特别是在车流人流密集路段,更应该全神贯注,不能自恃艺高胆大,时不时搞些“小动作”。这些“小动作”会分散注意力,严重影响驾驶员应对处置突发事件的能力,一旦遭遇紧急情况,难免手忙脚乱,稍有不慎就可能引发交通事故,严重威胁自己和他人的生命财产安全。

违规驾驶隐患大,害人害己当杜绝。交管部门应坚持电子警察抓拍和路面查验相结合,加大执法力度,坚决遏制驾车时接打查看手机行为,消除交通安全隐患。

本版邮箱
meiripinglun@vip.sina.com

铭记北平抗战历史 谱写首都发展新篇章

本报评论员 樊大璞

纪念中国人民抗日战争暨世界反法西斯战争胜利75周年系列评论之五

今日社评

回望历史,伫立卢沟桥畔,桥栏杆上的石狮子如诉往事。1937年7月7日,日本侵略者为实现吞并全中国的野心,悍然炮轰宛平城,制造了震惊中外的卢沟桥事变,发动全面侵华战争。“平津危急!华北危急!中华民族危急!”中国全民族抗战由此爆发,北平成为全国抗日救亡运动重要发源地,北平抗战成为中国全民族抗战新起点。

北京是一座拥有悠久历史和光荣革命传统的城市。五四运动在这里爆发,揭开了新民主主义革命序幕。“一二·九”运动在这里爆发,发出了救亡图存的时代强音。作为中国人民抗日战争的重要组成部分,北平抗战为中国抗战胜利乃至世界反法西斯战争胜利做出了重要贡献。

北平抗日浪潮自“九一八”事变后就一直没有停止过。1931年9月18日,日本侵略者悍然入侵我国东北。“九一八”事变后,中国共产党发表《中国共产党为日本帝国主义强暴占领东三省事件宣言》,北平地下党印发《反对日本帝国主义吞并满洲宣传大纲》。以学生为先锋的北平民众在中共领导下成立了各界抗日救国会,发起南下请愿示威团,掀起抗日救亡运动强大声浪。

作为中国人民抗日战争的重要组成部分,北平抗战为中国抗战胜利乃至世界反法西斯战争胜利做出了重要贡献。铭记历史,方能面向未来,今天中华民族站在实现伟大复兴征程的新起点,北京继续弘扬北平抗战精神,牢记血与火的历史启示,肩负时代使命和历史责任,不断以首善标准推动各方面工作,正在谱写着无愧于时代的壮丽新篇章。

与此同时,经中共北平党团组织动员和派遣,返回北平参加抗日活动的东北籍学生有数百人,其中包括原中共北平西郊区委书记张甲洲、反帝大同盟盟员李兆麟等,他们都成为东北抗日义勇军骨干力量。

“九一八”事变后,日本侵略者加快蚕食中国领土的步伐。面对国民党反动政府的一味妥协退让,1935年12月9日,北平各大中学校的爱国学生6000余人涌上街头,高喊“反对华北自治,争取民族解放”。之后,天津、太原、上海、杭州、武汉、广州、成都等大中城市先后爆发学生爱国集会和示威游行。在中国共产党的领导和号召下,北平爱国学生的抗日救亡运动

迅速席卷全国,掀起了全国抗日救亡运动热潮。

“一二·九”运动后,在中共北平市委领导下,组建了以抗日救亡为宗旨的具有广泛群众性的青年组织——中华民族解放先锋队。此后,民先队始终战斗在抗日救亡最前线,成为华北和全国救亡运动的一支骨干力量。“一二·九”运动的抗日怒吼,震撼了古都北平,传遍了海内外,一大批经过爱国运动锤炼的优秀青年,逐步成长为抗战中优秀的骨干力量。“一二·九”运动是动员全民族抗战的运动,它准备了抗战的思想,准备了抗战的人心,准备了抗战的干部。

纵深话题

穆迪上调中国经济增长预期令人信服

谨浩俊

国际评级机构穆迪投资者服务公司日前更新其全球宏观展望报告,把今年中国经济增长预期从1%上调至1.9%,同时预计明年中国经济将增长7%左右。报告预计,2020年二十国集团经济将萎缩4.6%,2021年将增长5.3%,中国是二十国集团经济体中唯一能在今年实现经济增长的国家。

报告所以调高中国经济增长预期,并做出G20中只有中国经济能够正增长的预测,主要基于今年二季度中国工业生产 and 固定资产投资的强劲回升。国内生产总值实际增长数据好于预期,劳动者回归工作岗位,居民可支配收入增加,市场需求得以强化等事实,是根据中国经济目前的实际情况做出的判断,令人信服。

面对新冠疫情的冲击和影响,中国集全中国上下的力量,从疫情防控到复工复产

再到扩大消费需求,推出了一系列的政策措施。特别是在如何服务企业、服务发展、服务就业方面,中央和地方都做出了很大努力,政策落地的效率、措施落实的质量都大大提高,并在复工复产时继续做好疫情防控工作,使疫情防控与复工复产有机结合。

受疫情影响,中国经济也承受了严峻考验,一季度经济出现负增长,且下降幅度很大,但二季度就出现明显反弹,经济实现了正增长。中国能够比较快地走出疫情影响,经济步入稳定恢复状态,多数行业和领域已经基本达到正常水平,很重要的一点就是中国面对困难不退缩、不害怕,而是积极想办法、出政策,把保护市场主体作为稳定经济增长和居民就业的首要目标。

为此,中国制定出台一系列有利于市场主体生存与发展的政策手段,货币政策精准

有力、财政政策直达基层与企业,其他方面也都依据实际情况,给予市场主体最大力度的支持与帮助。在四五月两月的进出口贸易中,民营企业占出口值的比重都超过了50%,充分说明了民营企业的发展热情已经得到较好激发,发展信心已经得到明显增强。而这也正是保护市场主体政策作用发挥的结果,是对市场主体积极性保护的结果。

虽然国际经济组织和机构对中国经济的评价较高,对中国经济前景的预测较为乐观,但我们自己一定要清醒。目前,疫情在全球的蔓延与扩散还没有得到有效控制,全球仍然每天有数十万人感染上病毒,疫情对全球的影响仍然非常重大。同时,面对疫情的冲击和影响,有些国家不是去控制疫情、恢复经济,而是用更加让经济受伤的贸易保护、技术封锁、军事威胁等手段,试图转移国内矛盾,化

一种说法

饭店坍塌再酿悲剧 房屋质监亟须下沉

冯海宁

调查组认定,这是一起主要因违法违规建设、改建和加固施工导致建筑物坍塌的重大生产安全责任事故。

有村民介绍,聚仙饭店坍塌部分是以前修的预制板,“质量不怎么好”。仅从这一点来推断,坍塌饭店无论是建筑材料,还是建筑本身的合法性都值得怀疑。假如是合法建筑使用合格材料,不可能轻易就坍塌掉。种种迹象显示,上述饭店坍塌原因与泉州欣佳酒店存在相似性,即违法建设或者改建酿成了一起惨剧。

此次饭店坍塌事故发生在农村地区。多年来,不少农村地区建筑质量处于监管空白地带,村民自己盖房、随意加盖等情况很普遍,盖房前不经过相关审批,建成后也没有项目验收。同时,农村建筑材料质量也缺乏监管。农民自建房屋坍

塌事故之前在多个地方发生过,其中部分事故曾致人死亡。

襄汾县饭店坍塌事故发生后,山西省决定,从即日起在全省范围内立即开展房屋建筑和人员聚集场所安全专项检查。这种“亡羊补牢”之举很必要。其中,安全专项检查的重心应向农村地区和城乡结合部倾斜,因为这些区域村民大多是自建房屋,随意加盖现象比较严重,房屋建筑质量隐患需要彻底消除。

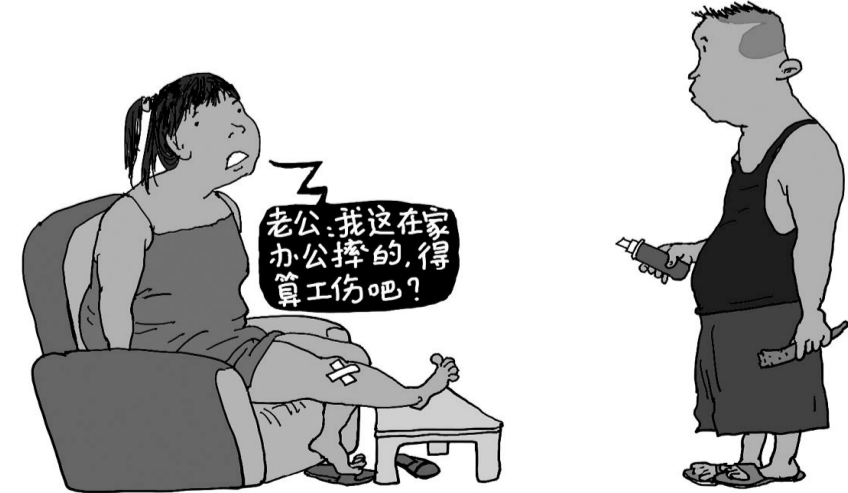
尤其是检查重点应该放在农村饭店等场所,因为饭店是人员容易聚集的地方,一旦建筑质量不合格,后果不堪设想。此次襄汾县饭店坍塌已造成29人遇难,据村民透露,事发时多数人在院中听戏,如果院中听戏的多数人当时也在饭店内消费,后果将更加严重。

上述事故发生之后,有关方面高度重视。国家应急管理部会同住房城乡建设部第一时间派出工作组赶赴现场,指导救援处置工作。国务院安委会也对这一事故查处采取挂牌督办。这些动作既有利于现场救援,也有利于公平公正调查处理,最终有关事故原因、追究责任的权威调查结论值得期待。

乡村饭店等消费场所理应成为治理重点之一。应从这一事故中记取教训,房屋质量监管力量应向农村地区下沉。过去多年来,从建筑材料到房屋质量,总体来说城市的监管力度比较大,而农村地区房屋监管力量偏弱甚至缺失。所以,从完善相关法规到房屋监管力量下沉,都应该早日提上日程,避免房屋坍塌事故再酿人间悲剧。

在家工作遭遇伤害算不算工伤

张田勘



伤害或意外死亡,而且比上下班途中受到的伤害更适宜算做工伤,因为员工首先是在工作,其次才是在家中,因此应按正常的工伤对待。根据《工伤保险条例》第十四条第六项规定,职工在上下班途中受到非本人主要责任的交通事故或者城市轨道交通、客运轮渡、火车事故伤害的,应当认定为工伤。

当然,遭遇交通事故而受伤或死亡故算工伤,还有一个条件是非本人主要责任。对照这一点,柴某疫情期间在家办公遭遇

的,可被认定为工伤。因雪天滑倒摔伤但没有被认定为工伤的,职工仍然可以享受相应的医疗保险待遇,病假期间工资等也有相应保障。因此,退一步看,即便在家工作不慎跌倒摔伤不会被一些单位算做工伤,职工也应享受相应的医疗保险待遇,获得在病假期间的工资。

如果环卫工人清扫积雪时滑倒受伤,则不算做工伤,原因是在工作场所和工作时间内受的伤。比较起来,员工在家工作,只是办公场所变了,自己的家变成工作场所,所以也应当算是在工作时间和工作场所内受伤,认定工伤于情于理都说得通。

在家工作哪些情况算工伤,哪些不算但应获得相应的福利保障,希望相关部门能有一个统一的规定。未来,在家办公或许会成为一种主要的工作方式,此次应以柴某在家工作被杀害一案作为一个契机,尽快制定出详细条例,以保障劳动者的权益,获得受雇者、企业和社会多赢的结果。

漫画/陈彬



下载北京头条App
让现在告诉未来

主编/洪其其 编辑/蔡源 美编/杨信 校对/李克明