

别争了,我“跑”的是自立

□ 记者 李永高 通讯员 宋蕊蕊

对于高校中目前出现的靠给同学“跑腿”赚取小额劳务费的“跑腿族”,大家褒贬不一。然而,心理学专业人士的意见是一致的:这是一种社会实践活动,靠劳动而不是求舍赚取钱财,赢取的是尊严,没有必要“悲哀”,应该给予他们更多鼓励。

据报道,高校中的“跑腿族”成员主要来自贫困家庭,他们通过为“偷懒”的同学拿外卖、领包裹、送东西,收入每月在500元左右。“跑腿族”一经媒体报道,立即引起社会争议。赞成者认为,这也是市场经济的需要;反对者指出,这是高等教育的悲哀,如此一来,高校学生贫富差距凸显,导致大学生群体分化和不平等待遇的出现,应在校园中杜绝这种雇佣关系的存在。

“从称呼上看,‘跑腿族’本身就存在着一种社会性的偏见,”某学院应用心理学专业学生王冬开门见山地向记者“亮明”观点,“其实这只是一次勤工俭学的形式而已。”

王冬说,他身边有很多同学参加过勤工俭学活动,他们体谅父母、勇于自立、不怕吃苦,然而,学校所能提供的勤工俭学岗位毕竟有限。那些所谓的“偷懒”同学花钱找人帮忙拿外卖、寄物品,付出金钱获得服务,纯属经济社会的公平交易。所谓的“悲哀”、“不平等”的看法是因为人们没有以正确的态



度去对待此事,换句话说就是,大家没有用平等的眼光去看待“跑腿族”的劳动。

国家三级心理咨询师宗鹏基本认同王冬的看法。他说,市场经济运行的根本动力就是需求,有需求自然有供给。未来,这些大学生毕业进入了社会,这种“悲哀”或许将成为一种必然,一种“优胜劣汰”的必然。“跑腿族”的出现,可以视为大学生在面对未来就业问题上积极地先行实践。任何时候,个体的贫富差距和成就大小都离不开自身的奋斗。“心态平和和从容”,一个从容平和的心态是成功就业的

开始!当别人在埋怨社会残酷、经济低迷、扩招过多、企业太刁、家境不好、专业“不香”时,我们不妨先做“跑腿族”——“跑”出自立。

洛阳学生心理健康指导中心督导张素霞也肯定了“跑腿族”现象的积极意义。从“跑方”来说,家庭困难是客观事实,学生时代想改变家庭经济状况,可力量有限,然而,这样通过“跑腿”,可用“精力”换“财力”;从“需跑方”来说,让同学跑腿拿外卖、领包裹,付出相应的费用,不欠人情,心理上图个安稳;无论从哪一方来看,都能促进同学们更好

能融入社会、接纳社会。

“生物学上讲究物竞天择、适者生存。心理学关于心理健康方面有一条标准就是社会适应能力良好。”解放军外国语学院心理教员黄宏强认为,从发展心理学的角度来看,人的成长过程其实就是一个逐渐社会化的过程,而大学本身就是半个社会,是学生从校园走向社会的一个过渡期。“跑腿族”的出现本身就是我们当前社会环境在校园中的一个反映,是大学生对社会现象进行学习、对当前社会进行主动或被动适应(即社会化)的一个表现。从这个角度看,对“跑腿族”,我们应该投以赞许的目光。

黄宏强勉励参与“跑腿”的同学,首先,自己要不卑不亢、人格独立、不自降一等;其次要树立远大抱负,既立足于现状,又能够以长远目标激励自己;再次要做有心人,通过类似的活动培养、锻炼自己的能力,积累经验和才干,为将来走上社会打下坚实的基础。

最后,宗鹏补充说,在校期间,学生还是应当以学习为主,如果让“跑腿”影响到学业就得不偿失了,而且,目前“跑腿族”的行为还处于简单的勤工俭学层面,其创业目的和自觉性还不是很明确和强烈,这些都需要学校和社会给予适当的引导。

名 医 堂

为了方便读者求医问诊,我们特开辟《名医堂》栏目,特邀洛阳武警医院名医免费为您的健康把脉。只要有健康问题,可随时发短信到“健康短信平台”——15038696922,或通过QQ971408950互动咨询,我们将邀请名医为您一一解决。

需要就诊的患者也可直接拨打名医热线65225959、65221999,寻求名医帮助。



特邀名医

许含福
洛阳武警医院
耳鼻咽喉科主治医师

毕业于北京中医学院,从事耳鼻咽喉科工作30余年。擅长治疗各种类型的鼻炎、鼻窦炎、鼻息肉、鼻出血、扁桃体肥大、咽异感等疾病,还可熟练操作先天性耳前瘘管摘除术,临床经验丰富。

鼻 炎 答 疑

患者问诊:郭女士的儿子今年上小学四年级,经常鼻塞、流鼻涕、打喷嚏,还因此影响到学习,郭女士因此天天着急上火。

名医点评:根据所述症状该小朋友可能是患了鼻炎,建议及时到医院做一下详细检查,若确诊为鼻炎,只需采用等离子低温消融术即可治愈,安全、无痛,时间短、见效快,随治随走,不影响工作、学习。

专家提醒:鼻炎是较为常见的鼻病,易引起咽炎、扁桃体炎等,还可导致视力、听力、记忆力下降等,学生为易发人群,应引起重视,及时、正确治疗。日常生活中要尽量少食辛辣、海鲜等刺激性食物,增强免疫力,减少感冒次数,感冒后应及时就医。

医 患 问 答

刘先生:我刷牙的时候经常出血,有时感觉口臭很严重,听说洗洗牙就好了,真的吗?

名医回复:您的症状可能是慢性牙周炎的表现,建议您尽早到口腔科做详细检查,排除其他病因,以免延误病情(肝炎、糖尿病、胃肠病等也有口臭、牙龈出血的状况)。一般性牙周炎经过全口洁牙上药就能解决问题,武警医院口腔科拥有瑞士EMS洁牙机,洁牙无痛、高效,对牙齿安全、无损害。

上班族小裴:最近早上起床后耳朵里面老是有鸣叫声,感觉里面有什么堵住了一样,是否严重?

名医回复:据症状描述,您可能患了轻度耳鸣,应合理安排休息时间,特别是要保证充足的睡眠,不要长时间用电脑。耳鸣时间长了会导致记忆力下降、反应迟钝等,严重影响身体健康。建议您及早到医院查明病因,及时治疗。

大学生求职焦虑心理透视③

面霸族:眼高手低更茫然

□ 记者 吴彬 实习生 申晓曼

在求职过程中,能被招聘单位筛选出来,继而进入面试阶段的大学生,往往拥有不错的学历、良好的在校表现以及相当不错的理论水平,总体来说,其就业相对更有优势。但是,在大学生求职者中,有这么一群被称为“面霸族”的毕业生,虽然往往能冲破初试关,却一直在面试阶段徘徊;参加无数次面试,可结果不是自己不满意对方,就是对方不满意自己,从而使“面霸”们陷入就业焦虑。

“面霸族”叹息: 面试何时休?

今年23岁的小李,毕业于西安某知名高校,所学专业为



工商管理,理论基础比较扎实。附在他简历后面的一张张荣誉证书和傲人的成绩单,为他求职增加了不少筹码,再加上他写得一手好字,笔试往往更容易脱颖而出。因此,投递简历或参加笔试,求职的第一关他往往都能顺利过关,进入面试群。小李调侃说,自己钻进“面霸族”的队伍出不来了。因为,快三个月了,他的求职从西安转到家乡洛阳,参加过涉及企事业单位、家电企业、软件公司等多种单位的面试,平均每周都能接到三四份面试通知,最多时一天参加了两家单位的面试,可结果不是自己不满意对方,就是对方不满意

自己,屡战屡败。为此,他的焦虑感越来越强烈:经常感到郁闷、茫然、低落,反应在生理上常出现失眠、乏力、食欲不振等,应聘时还会患得患失,甚至出现心慌、头晕等症。亲戚朋友问起就业情况,小李会觉得难堪,沮丧。小李希望早日结束“面霸”的状态,找到一份满意的工作。

成为“面霸族”, 是眼高手低还是茫然?

我市国家二级心理咨询师蒋庆伟分析说,成为“面霸族”的这类大学毕业生,性格通常比较外向、热情,自身具备一定的实力,也有相当强的自信心。但是他们往往也具备另一个特点:比较急躁、容易冲动,同时也相对比较敏感。读书期间他们是比较优秀的,但不正因为如此,他们在不知不觉中容易将择业起点抬高。而实际上,学校里学到的理论知识只是求职成功的一个方面。对于招聘单位来说,更希望招到可塑性强、实践动手能力好的员工。

“面霸族”小李说,招聘、求职双方进一步了解时,要么是自己对招聘单位的薪酬、实力、发展前景等方面不满,要么是招聘单位认为他动手能力欠缺,性格不够沉稳、内敛等,总是不成功。蒋庆伟说,这是“面霸族”普遍会遇到的问题。当理想预期与实际生活存在差异时,“面霸族”往往不会轻易降低自己的要求,只好重整旗鼓,却屡战屡败。在一次次的反复面试失败后,更容易丧失明确目标,加重茫然感,随即产生沮丧、失望、抑

郁、焦虑等情绪,身体方面可能出现胃肠道消化功能下降、神经系统紊乱、失眠、头疼、心慌等问题。

逃离“面霸族”, 降低预期找平衡

蒋庆伟建议,总是过不了面试关的“面霸族”,要重新全面分析自己,包括优势、劣势和特点,根据自身情况,适当放宽就业条件,寻找与自身性格相匹配的工作,这样更容易胜任。比如,不要只考虑应聘单位能满足自己什么要求,而忽略了自己能给应聘单位带来什么价值;要明白自身能力与现实存在的差距,努力适应工作,而不是让工作适应自己等,这样有助于适当降低预期就业条件,达到心理平衡,更加阳光、积极而客观地面对就业应聘。

另外,“面霸族”如果出现焦虑、心慌等身心不适,不妨多尝试放松身心的活动,通过适当运动、深呼吸来减轻压力;注意生活起居规律、饮食规律,使身体保持良好状态,更好地保证心理平衡,从而增加就业成功率。因为只有找到合适的工作,“面霸族”因就业产生的压力才可能最终得到缓解。