

先好好读书吧 别迷恋帅哥学长

“也不知道谁说的，在大学里不谈恋爱，大学的生活就不‘完整’。弄得好多人，进了大学先找个对象。其实，恋爱这事儿，在大学里有与没有，并不重要，这是我自己感受到的。别以为一入校门就遇上了可心的学长小哥哥，就是找到幸福了，也许那就是个坑。”

小娅在新学期开学不久，就和男朋友吵架了，虽然在过去的一年，他们也没少吵架，可是，这次不一样。小娅决定分手，不是像以前那样一时冲动，也不是以分手为由要对方来哄自己。她这次是真的想明白了——大学里的爱情，不是用来装饰生活和向别人显摆的，如果不是踏实而且彼此促进的，那真的没必要。

引起小娅和男友矛盾的是学校的迎新，小娅说：“迎新这几天，他每天把自己倒饬得跟要开演唱会一样。本来每个人都有自己值守的岗位，可他是满场乱‘飞’，眼睛就盯着人家长得好看的新学妹。今年不让家长送到宿舍，他可逮着机会了，帮着人家小学妹又是拉箱子又是背书包，我都看在眼里呢。虽然我不能一路跟着，可我太清楚他怎么表现了，去年，我就是亲身‘体验者’，他那热情劲儿，忙前忙后，介绍学校，安慰心情，帮忙充卡，提醒哪些推销不要轻信……被一个长得又帅又细心，又能说会道，又不怕吃苦受累的学长这么接待，学妹就剩下激动的心，颤抖的手了，还以为传说中的校园爱情在入学第一天就向自己招手了呢。我当时就是这么想的，今年再看他这表现，才知道，原来这种人，满足的就是一种自我表现和追求新鲜感受的心理。果不其然，迎新的几天里，我发现他已经加了好几个学妹的微信了。”



小娅在去年入学时被来迎新的大二学长“打动”，当天就加了微信，转天就被学长请了学校食堂的“豪华晚餐”。小娅也认为，自己的大学生活就这么浪漫开始了。虽然后来小娅知道得到学长周到照顾的学妹不只她一个，但是，有时候人的兴奋点往往来自于“竞争”。小娅也以自己最终能够“胜出”而认为自

己是这一届新生中最优秀的。

现在，小娅觉得刚进大学真的不适合谈恋爱：“进入一个新环境，特别是离开父母，在有点焦虑的时候，有个人天天关心你，而且还是帅帅的暖男，当然你会动心。又想到自己是大学生了，终于可以名正言顺地谈恋爱了，于是，马上就进入恋爱的状态。这一年，我们吵



了不少架，也是因为他经常和别的女生搞暧昧。刚开始大学生活，我就每天为他回不回微信，有没有陪我，是不是又和别的女生聊天之类的事费脑子。把时间用在一起吃饭，一起在湖边谈情说爱。春节后有一段时间上网课，我们俩却在线上联机玩游戏。4月底回到学校，别的同学忙着准备期末考试，他却告诉我，我们久别重逢得多沟通感情，每天有空就粘在一起，期末我就挂了两科主课。”

小娅本来也觉得一上大学就拥有了爱情是件很开心的事，可现在却没有那么快乐了：“暑假回来，我发现同学们有假期去社会实践的，有在家复习要去考英语的，而我这个暑假光陪着男友打游戏、逛街、看新电影、去农家院……也为一些鸡毛蒜皮吵架，回到学校就觉得自己暑假经历也没什么可炫耀的。自己有个男朋友，人家也不羡慕，反而我觉得自己比别的学生‘老’好几岁似的。”

小娅突然后悔了：“我决定分手了，不是赌气，我想明白了，大学里要做的事情太多了，如果爱情不是动力，如果你遇上的只是一个‘不稳定因素’，那短暂又宝贵的大学时光就真的让自己给荒废了。以我的亲身经历，提醒学弟学妹们，先好好读书吧，别认为第一眼你看上的或是看上你的学长、学姐，是大学里最重要的人。现在，大学的学习也挺紧的，先忙活好自己学习的事儿吧。”

跟强迫症共事 我都抑郁症了

“干好自己的活儿，别都是次要的。”“职场就是赚钱的，不是来交朋友的。”职场新人经常听到这样的“教诲”，有来自家里长辈的，也有来自一些“职场教程”的。好像就是说，在职场里搞好自己的业务最重要，人际关系就顺其自然。可实际上，没有良好的职场情商，和同事们相处不好，不仅直接影响业务，弄得心情也不好。每个职场人都不能自己决定遇上什么样的同事，要是同事有特殊的性格真的就是种挑战。

小袁上班已经快一年了，可是到现在，她仍然不能适应办公室一位“姐姐”的各种要求和习惯，周围的同事都说，这个“姐姐”有点强迫症，小袁现在觉得，自己受她的影响都有点抑郁症了。就在前两天，为完成一个工作，小袁和这位她平时称为“何姐”的同事加班到很晚。两人最后离开办公室，何姐一遍遍叮嘱小袁关好灯，关好空调，关好热水器，检查所有电源……何姐倒是热心，开车送小袁回家。可是，开车的一路上都在问，办公室里电源都关了吗？开出一大半路了，何姐还是认为自己的充电宝好像还充着呢。小袁解释了半天，说检查过了，根本没有充电宝。可何姐一定坚持要回去看看，说要是出了事故自己要负责。结果还是开车又返回去，来回一折腾，小袁到家已经半夜了。

这样的事，一年中发生了几十次。当初小袁刚来时，做办公室卫生，何姐几乎天天要和她吵架，说她乱动了桌上东西，小袁是从来不敢动同事们的东



西，可是解释没有用，何姐说，杯子把儿的朝向不对，椅子的角度不对，电话和电脑的距离不对……之后就用消毒纸巾拼命擦，弄得小袁后来根本不敢靠近何姐的桌子。后来小袁才知道，为什么她一来办公室就被安排在了离何姐最近的工位，可能就是其他同事实在不敢“亲近”她。

小袁在何姐旁边，经常被指责吃饭时出了声音，敲键盘的声音太大，甚至是喝水得一次性喝完，水杯里不能有剩的，何姐认为剩的水里有细菌，会传播到她那里。与何姐说话必须保持一米五以上的距离，什么东西都不许往何姐桌上放，哪怕是要让她看的文件之类。给何姐干下活儿更是麻烦，就是打点儿不重要的东西，字体、行距、标点都不能出一点错，甚至是她希望每一页纸上的文字，在本页完成时都是一个完整的自然段，换到下一页都不可以。为了这样

的标准，别人写东西时就特别动脑筋。交到何姐手里的东西，不论是什么都得平平整整，有点儿不整齐或是褶皱都不可以，更别说污损了。

何姐对于自己也一样苛刻，她的办公桌一天不知道要擦多少遍，就连工位挡板的缝隙也要一点点擦干净。不论是桌子的钥匙还是车钥匙，只要摸过了，就会用酒精喷雾消毒。因为小袁距离她很近，她也一样要求小袁，桌面上不允许放零食，东西要摆放整齐。小袁放了一个毛绒玩具，转眼就让何姐给扔了，因为她认为那个东西非常“招细菌”。何姐每次外出见客户或是到其他的部门去，都要仔细整理衣服、头发。因为小袁算是跟着何姐学习的新人，所以，也算她半个助理，每次外出，小袁都会被反反复复问：“衣服没皱吧，头发没乱吧？”要是何姐对自己的形象不满意，就会迁怒小袁说：“我都问过你了，你为什么不提醒我？”可小袁觉得，自己根本也没看出哪里不对啊。

小袁一天天过得提心吊胆，可不论怎么小心，每天还是会挨不少次批评。对于何姐的这种性格，小袁也问过一些专业人士，人家也承认何姐是有强迫症的症状，但告诉小袁，其实这种人自己也很痛苦，还是要尽量理解。

谁都希望自己和周围的人都是身心健康的，但是，有时候难免会遇到各种原因而不好相处的同事，在理解、体谅的同时，只能慢慢适应。而对于企业来说，关注员工的心理健康，也很重要，那是对所有员工的健康负责。

职场心事



呵护别人的敏感点

每个人，都有自己的“敏感点”。可能是缺点或者某些弱势、遗憾、挫折而不愿展示于人的东西。因为每个人都希望给别人一个光鲜靓丽的形象，都希望别人尊重自己、欣赏自己、重视自己、夸赞自己、甚至羡慕、崇拜自己。一旦别人忽视、轻看、有意无意地触碰到“敏感点”雷区，就会产生心理失衡，出现愤怒、怨恨、自恨、自卑等情绪。很多关系，都是因为触碰到了对方的敏感点，而造成误会或是矛盾，同学关系，同事关系、朋友关系、甚至伴侣关系都可能受到这样的影响。有时候可能对方的敏感已经成为一种心理疾病，需要调整。那么其周围的人，一方面要抱着理解的态度，做一些有益的支撑。另一方面，也要尽量避免触碰对方的敏感点，在自己能接受的范围内，就以助人的心态和方式适应。如果实在不能承受了，也可以回避。谁都希望自己是个身心健康的人，但是由各种原因引发情绪和身体的不良反应，积极调整，寻求专业帮助，也是很有必要的。

本版撰文 新报记者 任悦
摄影 张晨阳