

收入不高买房依旧困难，人才涌入加剧职场竞争。有调查显示，不少生活在“新一线”城市的年轻人，面临新的压力——

“与其焦虑，不如想办法提升自我”

本报记者 曹 玮

在人们的印象里，生活在北京、上海等一线城市里的人们，总是面对着更大的压力、忍受着更多的焦虑，逃离北上广、去“新一线”城市一度成为许多人的选择。但是，生活在“新一线”城市的职场人真的能逃离焦虑和压力吗？

有研究机构发布的调查数据显示，东莞、杭州、武汉等“新一线”城市的职场焦虑度已经超过了北上广深等一线城市。记者通过采访多位职场人士也发现，“新一线”城市人们的焦虑并不比一线城市少。

同时，不少年轻人表示，面对压力，与其焦虑，不如想办法提升自我。

离开北上广后

离开北京搬到青岛工作生活后，任职于某大型国企的徐情生活压力并没有小多少，“原来觉得逃离北上广就能提升幸福感，可事实并非如此。”

“我们得借助好政策跟上新时代”

(上接第1版)

当天，在哈职院的监控室内，通过设置在教室里的高清摄像头，每一名考生的答题状况都可以尽收眼底。

在考务办，学校还设置了一个违纪考生专区，违反考试纪律的考生必须在这里等待考试结束后才能离开。

考生欢喜畅谈未来

10点30分，历时一个半小时的考试结束，考生们陆续走出考场。

考生普遍认为，试题难度不大。

“时事、政治、历史，还有一部分军事题目。”一位考生告诉记者，考试基本都是客观题，只有两道主观题目，分别让考生自述选择专业的原因和对未来学习的打算。

相比考试题目不难带来的喜悦感，考生们更多的喜悦，来自国家利好政策和对未来发展的期待。

“我是专门从海南回来参加考试的。”今年37岁的卜俊超2011年从部队转业，现在在海南做旅游租车行业。此次从海南飞回黑龙江参加考试，源于他对于学历的渴望。

“我的第一学历是成人教育，无法享受一些地方的落户政策，这次的政策太好了，我可以更新一下自己的第一学历了。”卜俊超说。

同样因受学历的还有42岁的农民工张子胜。“之前一直打零工，没有稳定工作，就是因为没有文化、没有文凭。我这次想通过学习营销专业来拿到文凭。”

1995年出生、2017年退役的杨震也有着改变命运的期待。考试当天早上，他一下火车就拖着行李箱赶到考场，刚刚在外地给学生带完军训的他告诉记者，这次考试他选择了自己心仪的旅游管理专业。

今年39岁的王金义，坐了6个多小时的火车来参加考试。“我是村里的民兵连连长，这次报考的是市场连锁经营专业。我想学成后，把我们村里的绿色农产品和民宿旅游好好经营，让乡亲们一起富起来。”

“我们得借助好政策跟上新时代。”他说。

学校积极思考发展

在考试现场，哈职院院长刘申在和考生们聊天时得知，一位已经在建筑行业工作多年的考生，是查询对比了10余所学校后，才选择的哈职院的建筑专业。

“这位考生的话给我触动很大，怎样满足学生们对于优质教育的期待，是当前要着重考虑的问题。”刘申坦言。

记者在哈职院了解到，报考该校的考生来源多样，身份多元，年龄跨度也很大。在出生年龄段从1961年到2002年的4000多名考生中，有退役军人，有农民工，有下岗职工。他们中有的人在职，有的人尚未就业。

如何让这些情况各不相同的考生在入学后完成好学业，哈职院早在考试前就已经思量。他们已经根据国家专项考试的要求，制订了全新的教学计划。

专项计划考生入学后，哈职院将采取集中教学、合作办学，甚至对考生来源比较集中的地区采取送教上门的办法，确保学习效果。学校还准备实行弹性学制、“学分银行”，满足学生的需求。

“政策红利不仅给了考生实惠，也给我们职业院校提供了新的发展机遇。”刘申院长坦言，“这种招生模式倒逼我们改革教育方法，最终会推动职业教育，真正实现政府工作报告中所说的，培养国家急需技能人才，让青年人实现梦想，让三百六十行人才荟萃繁星璀璨。”

(上接第1版)

蜀道不再难

今年6月17日22时55分，四川省宜宾市长宁发生6.0级地震。当时，在邻县江安县从事多年农村公路养护工作的曾云听到噼里啪啦的声音传来，第一反应是可能地震了。“我管的路怎么样，桥怎么样”这样的念头瞬间闪现在他的脑海中。

曾云本能地拿起手机，抓住手电筒、冲出房门，一边打电话向上级领导报告，一边和同事联系，立即展开道路和桥梁以及沿线设施排查。

一直到次日早上6点多，各小组反馈道路、桥梁无异常情况，且同志们都安全后，曾云才拖着疲惫的身体回到家里。

从事20多年交通工作的曾云，见证并亲

身体验到了四川交通尤其是农村公路的发展变化。党的十八大以来，四川全省新改建农村公路15.9万公里，99%以上的乡镇和建制村都通了硬化路。

路建好后，把它养护好责任重大，曾云丝毫不敢懈怠。好在公路养护工作已走向机械化、专业化、多功能养护车、清扫车的使用大大降低了工人的劳动强度，提高了养护工作效率。

“曾经的四川交通，路面大多数是砂石路，还有的是泥巴路。”曾云介绍说，如今的路面全部改为了水泥混凝土路面或者是沥青混凝土路面。

昔日蜀道难，现在蜀道畅，进得来，行得通。

不仅是四川的农村公路取得突破发展，资料显示，1949年，我国公路里程8.08万公里，公路密度0.84公里/百平方公里。截至2018年底，我国公路里程484.7万公里，公路密度

50.48公里/百平方公里，均是1949年的60倍。

建国初期，农村公路建设主要是依靠发动组织当地农民群众投工投劳来完成，“以通”为主。甚至到了1978年，全国农村公路里程只有58.6万公里，公路等级很低，大量乡镇和村庄都不通公路。经过数十年发展，截至2018年底，全国农村公路总里程达到404万公里，全国农村公路列养比例达到97.9%，乡镇和建制村通硬化路率分别达到99.64%、99.47%。

如今，一条条“四好农村路”修到了村头，通到了乡亲们的家门口，改变了过去“晴天一身土，雨天一脚泥”的面貌，实现了乡亲们“出门水泥路，抬脚上客车”的梦想。

从如何建成到如何高质量建成

深圳至中山跨江通道全长24公里，是粤

理性看待才能理性应对

工作生活没有目标、难以集中注意力、情绪波动大、出现健康问题、沉迷玩手机、不想上班、买买买……对于焦虑，不同人有不同表现。

杨晨是一名天津“土著”，面对这座生活了近30年的城市时，她时常会感叹天津变了。虽然没有过多房子的压力，可工作带给她的焦虑并不少，“随着天津的快速发展和人才引进，行业新技术越来越多，我明显感觉生活节奏变快了，担心自己被时代抛弃。”

但这也倒逼她去提高自我，工作之余，她还去念了在职研究生，参加了英语培训班，“与其焦虑，不如想办法提升自我。”

“焦虑并不总是指向消极情绪，职场中产生焦虑感未必是坏事。”首都师范大学心理学院副教授邢淑芬建议，职场人首先要正确认识焦虑，“理性看待才能理性应对”。其次，厘清焦虑来源，明确职场目标，“提升自身的应对能力，发挥自己的主动性和执行力，职场焦虑也会迎刃而解。”

据新华社电 (记者 王松)武殿生，男，中共党员，1953年11月8日生于黑龙江省海伦县(今海伦市)，1974年参加中国人民解放军，1977年退役后成为伊春市公安局伊春分局旭日派出所民警。1980年8月13日，抓捕犯罪嫌疑人时，武殿生被对方扔出的手榴弹击中，不幸壮烈牺牲，年仅27岁。

武殿生在部队服役期间，遵守纪律、勤奋工作，两次受到连队嘉奖。参加工作后，他工作的辖区为棚户区，人口多、治安秩序差。为尽快熟悉工作，他对辖区的常住人口坚持入户熟悉，有的住户白天家中没人，他就利用晚上及星期天、节假日去辖区走访，熟悉人口情况。通过不懈努力，在不到一年时间里，他就将辖区人口情况、每个家庭经济情况熟记在心。

1978年7月的一天，辖区一商店货款被盗。根据售货员提供的嫌疑人体貌特征，武殿生马上意识到此案可能是辖区一女孩所为，经传讯审查，在其家中将全部赃款缴回。

在担任户籍警两年多的时间里，武殿生凭借扎实的基础工作及认真细致的工作作风，破案10起，亲手抓获犯罪嫌疑人和违法人员35人，为刑侦部门提供破案线索协助破案45起。1979年末，在全省户籍民警业务考核中，武殿生获得优异成绩。

辖区内有一户身有残疾的老夫妻，身边无人照料。武殿生了解情况后，就把照顾他们的担子承担下来，还经常掏腰包为两位老人买药。3年中，他收到了人民群众的交口称赞。

众70多封表扬信。

工作上，武殿生公私分明。一次有个熟识的干部求他与户籍部门通融通融，为其一个亲戚办理农转非户口，被武殿生当场拒绝了。可过了几天，这个人又来到武殿生的家中，送来了猪肉等礼物，武殿生退回了礼品，还找到这个同志耐心地解释户籍政策，并教育他要按政策办事。

武殿生在当户籍警两年多的时间里，先后帮教12名有恶习的青少年，这些人都改掉了恶习，其中有的还考上了大学。由于他紧紧依靠群众，有效地做好了预防犯罪工作，管区内的发案率逐年下降，得到了群众的交口称赞。

1980年8月11日晚，一临时工因没有转为正式工人而对单位领导怀恨在心，身带盗来的10枚手榴弹，先后把3枚手榴弹甩进3位单位领导家屋内，随后带着剩余的手榴弹潜逃。那段时间，武殿生正患病在家休息，他不顾重病在身，立即投入到追捕逃犯的战斗中。当搜索到一条偏僻的街道时，他发现了爆炸犯罪嫌疑人的身影，便不顾一切地猛冲上去，被犯罪嫌疑人甩出的一枚手榴弹炸中，倒在地上，因其伤势过重，经抢救无效，壮烈牺牲。

武殿生同志牺牲后，黑龙江省人民政府批准其为革命烈士，1980年11月8日，公安部追授他为“全国公安系统一级英雄模范”荣誉称号。2009年9月，他被评选为新中国成立60年来黑龙江省公安保卫战线最具影响力英雄模范。

路秀峰·铁警血肉筑忠魂

据新华社电 (记者 尹思源 李鲲)站在天津海河望向北岸，拥有一百三十余年历史的天津火车站熙熙攘攘，人头攒动。39年前，就是在这里，为了给战友赢得反击时间，32岁的铁路警察路秀峰用血肉之躯迎向匪徒的枪口，献出了宝贵的青春和生命。

路秀峰，1948年出生，1977年参加公安工作，生前为天津铁路公安处天津站派出所民警。1980年8月17日，在审查犯罪嫌疑人时，嫌疑人开枪向路秀峰等民警射击，路秀峰在与嫌疑人搏斗过程中不幸中弹，壮烈牺牲。1980年8月，路秀峰被追授一级英模荣誉称号。

1980年8月初，来自内蒙古自治区巴彦淖尔盟临河县的男子梁大东、王新中国、白永胜，盗窃了临河县武装部大批枪支弹药。随后，他们计划乘车去东北，密谋干几起“惊天动地的大案”，中途在天津火车站转车。8月16日晚，3人在车站广场逗留时，由于形迹可疑被天津站派出所执勤民警马幼航带至派出所值班室，由值班民警路秀峰、路明进一步审查。

在派出所值班室内，路秀峰和路明决定先审白永胜。白永胜百般掩盖事实，对抗审查。此时，在候问室待审的梁大东、王新中国异常紧张，不时伸出手摸向别在腰间、子弹上膛的手枪。

在对犯罪嫌疑人王新中国询问时，王新中国答话含糊不清，矛盾百出，路秀峰站起身来准备对他进行例行检查。王新中国猛然窜起，撩开上衣前襟，伸手去拔别在腰间的两弹上膛的手枪。

在对犯罪嫌疑人王新中国询问时，王新中国答话含糊不清，矛盾百出，路秀峰站起身来准备对他进行例行检查。王新中国猛然窜起，撩开上衣前襟，伸手去拔别在腰间的两弹上膛的手枪。