

在互联网时代，应该努力创新思想政治工作的方式方法，用新媒体的语言和路径，让思想教育有意、有意思，让年轻人听得进去、乐于接受，这样才能用正能量和积极向上的价值观滋养他们

信“玄学”，减压还是危机？

阅读提示

时下一些年轻人，一边对老一套的封建迷信嗤之以鼻，一边却在网上忙着转发锦鲤求好运，他们把这称为“玄学”。其实，对于大多数把“玄学”挂在嘴边的年轻人来说，没有几个人会真的用占卜结果主导自己的生活。思政专家认为，应该让思想教育有意义、有意思，让年轻人听得进去、乐于接受，这样才能用正能量和积极向上的价值观滋养他们。

塔罗师们对心理状态的描述和分析很奇妙，杨娅下单了一副塔罗牌和专业书籍。在拿到相关书籍后，她又看了大量的牌解和资料。对她说，看似复杂的“玄学”并不难理解，这种“玄学语言”与生活中通常的表达方式很不一样，对于个人精神状态的分析有一套评价体系。“对我来说，它就好像是我生活中一直缺失的一部分。”

占星、塔罗、看相等各类“玄学”都有着各自的拥趸。一个星座APP的产品报告显示，它的用户绝大部分是19岁~34岁的人群，其中19岁~24岁的占比超过了50%。这些人日常喜欢查看星座运势，了解与星座有关的八卦故事。

一种探寻内心的方式

“了解占星，剖析自己，善待心灵，迎接未来。”这是某星座运势小组简介中的一句话，在他们眼中，占星并不能用来解决问题，也改变不了命运，只能“让你了解自己的渺小”。

从事保险销售的张文玉对此有同感。在她看来，“玄学”更多是一种探寻内心的方式。“尽管因为平日工作压力大，我会信，但我不会完全依靠它来指导生活”。

专家认为，互联网“玄学”产业兴起，根本原因还是在于年轻人的压力与焦虑，但沉迷其中的却是少数，他们中的大多数人持着“信而不迷”的态度。对于他们来说，“玄学”更多

充当了生活的安慰剂，“生活这么难，就算不准，娱乐娱乐也不错。”

认知内心，确实是部分热衷于“玄学”的人想要得到的。通过占星、卜算来了解自己，是很多帖子讨论的主要内容，他们相信通过“玄学”来认清自己后，可以走向更好的生活。

另一方面，他们也需要交流，“玄学”话题自然而然地成为一种社交名片。由于星座等入门概念并不高深，很容易就能成为开启社交的“敲门砖”，而各个“流派”的区分也使其爱好者形成社群，社交也就成了“玄学”的组成部分。

打开与这些相关的讨论组或论坛，便能看到人生百态：感情继续不下去了怎么办？考研考公能不能上岸？离职了去哪找工作？

寻求桃花运和暴富的人也很多，但困惑青年才是信“玄学”的主流，他们将种种焦虑投射于满天星斗和冥冥中的“命数”，期望着能找到破局之法。

从新千年前后成长起来的这些年轻人，一直身处社会飞速变迁的奔流中。工作、婚恋、住房、养娃，已经成为“四座大山”，这使得“玄学”与打游戏一样，成了少数年轻人缓解焦虑的一个方式。

幸福是奋斗来的，不是算来的

因为火爆的市场，本就争议极大的“玄学”行业乱象丛生。去年年底，一女子因迷信网络占卜被骗250余万元的新闻火爆网络，

网络占卜成为监管重点。

其实，对于大多数把“玄学”挂在嘴边的年轻人来说，没有几个人会真的用占卜结果主导自己的生活，有时候它是一种“治愈”手段。数据显示，我国每10万人拥有1.5名心理医生。与之相比，一副塔罗牌更触手可及。有时候，它是一种自我消解，能帮助人轻松一下，睡个好觉，又是需要努力生活的新一天。

那些去算命的年轻人也并不像相信科学那样相信“玄学”，“我当然知道它不科学，更多的是另一种寄托吧。获得了对失败或挫折的某种解释，人就多了一份宽容和放松。”就职于一家大型通信公司的宋承也会偶尔去算一下，但他的业余时间更多花在进修和自我增值上，他笑了笑说，“我们都清楚，幸福是奋斗来的，不是算来的。”

心理学研究发现，咨询占星师的人通常是为了应对生活的压力，尤其是当压力与个人的人际关系或社会角色相关的时候。而当人们生活步入正轨之后，就会降低查看运势的频率。

记者采访的多位思政专家认为，网络空间充斥各类纷繁复杂的内容，一些不健康的思潮得以生存传播。这类思想对于甄别能力欠缺的青年，极易引发其价值观、道德观、人生观和世界观的扭曲与迷失。网上“玄学”的出现，说明对年轻人的思想教育还有空白需要填补。在互联网时代，应该努力创新思想政治工作的方式方法，用新媒体的语言和路径，让思想教育有意义、有意思，让年轻人听得进去、乐于接受，这样才能用正能量和积极向上的价值观滋养他们。

同时，他们建议，企业、社区和学校应该给年轻人提供更多线下交友、娱乐、学习的空间和机会。此外，也要特别注意对年轻人遇到挫折和困惑时的心理疏导和组织关怀。

G 心路

读者来问

您好，我在一家公司做行政工作已经12年了，一直兢兢业业，可是最近我总是感到身心疲惫，不想上班，一到公司就开始心情不好，脾气也越来越大。原来领导安排什么工作我都很积极，现在是能拖就拖，拖到不能再拖了才开始做。看同事也不顺眼，原来是精神抖擞地工作，现在是一有空就去聊天，不是抱怨这个就是抱怨那个，不是对谁不满意，就是对谁有意见。我也不知道自己这是怎么了？

河南 庞杨

专家心解

庞杨你好：

看到你描述的工作状态，应该是进入了“职场倦怠期”。职业倦怠是指在工作上长期的情绪及人际应激源做出反应而产生的心理综合征，包含情绪衰竭、去个性化、低成就感三个症状。通俗地说，职业倦怠就是对工作内容本身和工作环境失去激情兴趣，产生无法克服的心理倦怠，强烈地希望逃避工作现状。

在职场，大部分人都出现过这样的情况，工作一段时间后，渐渐对工作失去兴趣，产生疲惫甚至厌倦的心理，打不起精神，只是一种惯性在工作，伴随着消极情绪，甚至是恐惧。这是一种常见的现代职业疾病，即职场人员在工作重压之下，所体验到的身心疲惫、能量被掏空的感觉，更有甚者，还会感觉职业枯竭，工作麻木，再也激不起一丝涟漪。

不难理解，日复一日重复的工作让人失去耐心、失去激情。重复性的工作，缺乏新意，但是员工对于工作日渐熟练，对于取得现有成绩已成常态，没有新鲜感。随着公司不断发展，对员工的要求越来越高，而对员工缺乏适时的引导、培训及鼓励，让员工没有提升自身能力水平的动力，这些都是导致出现职业倦怠的客观原因。

对于员工个人来说，遇到这种情况应该首先找出导致自身职场倦怠的原因，具体原因具体分析，对症下药。如果主要在于个人主观原因，那么就需要你调整心态，找出自身现有的薄弱点以及瓶颈在哪里。

其次，换个角度重新定位自己的工作。从今天开始，你要这样思考：我所处的岗位是公司非常重要的一个岗位，自己做这份工作很光荣。

最后，为自己的工作设定挑战点，每天一个小目标，一个月一个大目标，并且主动寻求反馈。在努力寻求办法提高自身业绩的同时，你会发现很多工作上的漏洞还有缺点，可以向老前辈或者领导请教解决的办法，一点一点地提高自己能力水平。

基本上每个人都会经历职场倦怠期，要主动解决，而不是被动承受。相信你一定会走出低谷，重见光明。

企业文化专家 王谦修

本报记者 尹晓燕

“转发这颗幸运草，七天内你就会得到最想要的东西！”每次在网上看到这种推送，杨娅都会按下转发键，即使自己还没想好最想要的东西是什么。为了这种意义不明的“好运”，她转发过海豚、开心果、水晶等各种护身符。

和杨娅一样，时下一些年轻人，一边对老一套的封建迷信嗤之以鼻，一边却在网上忙着转发锦鲤求好运，他们把这称为“玄学”。其实，对于大多数把“玄学”挂在嘴边的年轻人来说，没有几个人会真的用占卜结果主导自己的生活，有时候它是一种“治愈”手段。数据显示，我国每10万人拥有1.5名心理医生。与之相比，一副塔罗牌更触手可及。有时候，它是一种自我消解，能帮助人轻松一下，睡个好觉，又是需要努力生活的新一天。

互联网上，一个头部星座博主能够拥有数千万的粉丝，其中涉及十二星座运势的文章格外流行；在一个“塔罗师”的视频前，常有上百万人等待着卡牌的审判；而在一些占卜网站上，护身符、转运手链的销量令人咋舌。

“水逆”原本是资深的占星爱好者才会谈论的术语，却逐渐被热衷“玄学”的人用于解释那些不顺心的事情，占星这门古老的学习正在变得大众化。

“天王星在本周将进入逆行状态，在占星学中，它有出其不意、打破传统的含义，不过目前它停留在土象星座之中，土元素的能量掌握物质、粮食……”一位星座博主的“星象播报”刚刚出炉，很快就收获了上千条评论和转发。

“射手好运！”“天蝎冲呀！”“狮子宝宝好运！”不同星座的粉丝挤在评论区里许愿，他们不需要弄清天体移动是怎么回事，因为星座博主就是“神秘学者”，告诉人们星象所预计的运势，说出那些需要注意的事项。

成都新兴领域党建有实招

职工认同才能避免“两张皮”

如何抓好新兴领域党建工作？避免“两张皮”问题为关键。近日，四川成都开展新兴领域党建东部片区拉练，聚焦产业功能区、商圈楼宇、快递物流、物业、互联网等重点领域、重点行业以及“两新”组织参与城乡社区发展治理等工作，开展片区拉练，会研解决实践中的问题，推动培育示范点位，促进典型经验复制推广。

总结会上，该市相关负责人表示，新兴领域党建需要依托重点领域、重点行业、重点区域，社会组织要聚焦抓行业协会、商会，通过深入研究重点领域，做到抓一个带动一片，持续优化抓“两新”党建的方式方法。其中，以做好人的工作为核心。做党建只有围绕人的需求，才能得到党员、职工认同，才能避免“两张皮”。

唯品会（简阳）电子商务有限公司现有员工2200余人，于2014年成立党总支，围绕“找党员、建组织、强覆盖、促发展”工作思路，推动党建工作融入公司发展各方面、全过程。

面对面交流、手把手指导，该公司党总支引导21名“口袋党员”转关系、亮身份。在入职同时摸清政治面貌，邀请列席组织生活、参加党建活动，累计登记管理流动党员500余人。推行“双培双推”模式，从一线培养中层以上干部、工组负责人38名，其中党员占比达52%。

专设行政人事党支部，把听取党组织意见建议作为公司重大会议固定环节，推动党组织全过程、各方面参与公司决策。在生产工作线，设置自动化、质控、仓储、防损4个党支部，实行车间学习半小时、先进工组流动红旗等做法。在业余生活线，依托员工社团建立功能型党支部，推行“党建+”兴趣活动，增强党组织凝聚力。高标准建设400平方米党建活动阵地，丰富党群活动，促进员工身心健康。

成都市青白江区行政审批和营商环境建设局总面积约8000平方米，集中入驻人社、公安、税务、房产等20个区级部门和3家银行，为市民提供优质高效的一站式服务。

该局党支部充分发挥战斗堡垒作用，坚持把党建与机关文化、政务文化深度融合，引领政务服务大厅前后台共计154名党员围绕区委区政府中心工作改革创新、锐意进取。首先搭建平台，切实增强党组织凝聚力。积极创建“营商新环境·青·松办成事”党建品牌，搭建“青·松办·我来讲”平台，组织党员干部上讲堂讲理论、讲业务，在互相

学习过程中碰撞出思想火花，为推出各项改革创新措施奠定了基础。其次建立机制，切实增强党组织向心力。制定《激励干部职工干事创业九条措施》，从培养、选拔等9大方面激发和调动全局干部职工干事创业积极性、主动性、创造性。常态开展党员“三亮、三比、三评”活动，营造“比学赶帮超、创先争优”的良好氛围。最后提升水平，切实增强党组织战斗力。在全国率先实施市场准入准营系统集成改革，在全省首推现勘审、远程勘验、跨区通办、建筑施工许可豁免等系列改革。

（岳瑛）



学党史，迎建党百年

3月18日，在杭州市临安区板桥镇的临安新四军历史纪念馆，90岁的孟永迪老人（左一）在给乡镇的入党积极分子讲述革命历史和他自己参加过的解放战争的亲身经历。近期，浙江省杭州市临安区板桥镇党委政府通过组织乡镇基层党员和入党积极分子参观新四军纪念馆、听老兵故事、党史知识竞赛等方式，迎接中国共产党成立100周年。新华社记者 徐昱 摄

跳广场舞扰民、公共场所吸烟，一些不文明行为，在重庆可能已涉嫌违法

把广泛认同的品行要求上升为法律规范

本报记者 李国

跳广场舞扰民、公共场所吸烟，在规定的殡葬、吊唁场所之外搭设灵棚……过去，很多不文明行为，市民最多谴责几句。今年3月1日后，重庆一些不文明行为，可能涉嫌违法，将承担相应法律责任。

1月25日，重庆市出台《文明行为促进条例》，从维护公共秩序、讲究公共卫生、提倡文明出行、倡导文明用餐、文明使用网络等14个方面进行了重点规范。

重庆市文明副主任张鸣说，此条例在一些重点领域特别是意识形态领域的立法中，把实践中广泛认同、较为成熟、操作性强的道德、品行要求上升为法律规范，转化为具有刚性约束力的法律规定。

对于市民关心的装修扰民、跳广场舞扰民等问题，条例明确进行装修装饰、聚会聚餐、餐饮服务以及健身、歌舞等活动，合理使用场地和设施设备，遵守相关规定。

条例对文明用餐也进行了相应规范。

比如，不违法食用野生动物；提倡使用公筷公勺，不强行劝酒；餐饮经营者引导消费者

合理点餐、适量取餐、剩余打包；个人合理用餐，自觉践行“光盘行动”。

在维护公共秩序方面，条例提出要着装得体，举止文明，不高声喧哗，不说粗话脏话；等候服务依次排队，上下楼梯靠右通行，乘坐电梯先下后上；使用公共座位合理有序，不抢占、霸占座位。换句话说，在乘坐公共交通、轨道交通等公共交通时，一人独占多个座位，可能涉嫌违法。

在维护社区文明方面，条例提出不违法搭建，不侵占通道和绿地等公共空间；不从建筑物向外抛掷物品；不在道路、小区等公共区域焚烧、抛撒丧葬祭奠物品，不在规定的殡葬、吊唁场所之外搭设灵棚；饲养宠物按照规定办证、检疫，清理粪便，采取安全措施，避免妨碍、伤害他人。

条例还明确规定乘坐公共交通工具先下后上，主动给有需要关爱的老、弱、病、残、孕乘客让座，不外放电子设备声音，不妨碍驾驶人员安全驾驶。也就是说，市民乘坐轨道交通在车厢内用手机外放声音，可能涉嫌违法。

对“人行道侵占”问题，条例也明确指出要规范停放车辆，不占用应急通道、人行道、盲道等禁止停车区域和残障车位；公交车和

出租车驾驶人用语文明、规范服务，不甩客、欺客和拒载；规范使用互联网租赁自行车、机动车等交通工具，不随意弃置或者故意损坏。

在文明使用网络方面，条例提出尊重他人隐私，不窥探、传播他人私密信息；文明互动、理性表达，抵制谩骂、侮辱、诽谤、恐吓、人身搜索、恶意诋毁等网络暴力行为。

条例对维护家庭文明方面也进行了规范：孝敬长辈，履行赡养义务，关心照料和看望问候老年人；夫妻互相忠实；不纵容子女不良行为；不实施家庭暴力，不虐待、遗弃家庭成员等等。

不文明行为将面临何种处罚？条例规定，行为人多次实施不文明行为，或者故意实施不文明行为造成恶劣社会影响，或者教唆、诱骗未成年人实施不文明行为的，可以将其违法实施行为的情况纳入不文明行为记录。

记者在采访中了解到，该条例提出要建立健全文明行为先进典型的表彰奖励、优待制度。对于不文明行为，条例明确任何单位和个人都有权劝阻、投诉、举报。另外，不文明行为应当受到行政处罚但情节轻微、行为人自愿申请参加并完成公益服务的，依法从轻、减轻或者不予行政处罚。

强化从业人员廉洁自律意识

本报讯 山西大同新通实业有限责任公司把预防以权谋私、以权枉法的腐败行为，作为各级干部为政清廉、秉公用权、履职责为民的第一道防线。规范各级管理人员和关键岗位人员廉洁从业行为，增强廉洁自律的自觉性，开展廉洁从业承诺活动。

该公司党委针对管钱、管物、管人、管工程项目等人员，是企业容易滋生腐败行为“高危人群”这一特性，不断推出新举措，进一步加大反腐倡廉力度，以多种形式规范约束领导人员和关键岗位人员从业行为。在制定关键岗位人员廉洁从业承诺和领导干部廉洁从业内容时，注重按岗位职权细化承诺事项，做到“红线有标准，底线有尺寸，考核有量化”。公司领导人员所签承诺书交由公司纪委统一保管，所属各分子公司中层干部和关键岗位人员所签承诺书由所在单位党组织存档备查，廉洁从业承诺活动纳入年度考核，考核结果将与年终综合考核挂钩。廉洁从业承诺活动开展以后，在全公司形成了不敢腐的惩戒机制、不能腐的防范机制、不易腐的保障机制，全方位形成推进反腐倡廉工作的强大合力，确保了公司安全经营的健康发展。

（郑晴霞 刘守林）