

频繁加班搞得一些白领行为怪异——

“我恨不能把办公桌椅砸了”

“加班是不是把我们的心理搞坏了？”在一家外企供职的张先生说,最近他和同事朋友聊起加班,发现彼此都有些“异样行为”,这让他心生担忧。为此,记者采访了上海市心理咨询行业协会会长王裕如,对这些行为一一作出诊断。

看到工作床烦躁不安

“想到办公室的环境,我就烦躁不安,恨不能把桌椅砸了,把发明鼠标键盘的人揪出来打一顿,甚至想到床,我都会心生恐惧!”王先生所在的公司为了让加班的员工稍事休息,特地购置了一张床,放在会议室里。以加班为“己任”的王先生经常“光顾”

这张床,久而久之竟出现“恐床症”。“现在连看到家里的床,我都有点不适应,看到和工作床床单差不多花色的布料,就会产生视觉反感。”

压力等级:高

【诊断】工作床给人带来压力,使他产生条件反射,才有了“恐床症”。建议暂离工作环境调整。

让的士绕道报复老板

张先生的朋友 Roger 是一家公司的会计师,加班是家常便饭,通常不到晚上 10 时是不会回家的。这有两个原因,一来工作比较多,二来公司规定加班到晚上 10 时才能报销出租车费。平时他打的回家的车费

在 60 元左右,前天他没有回自己家,而是到离公司不远的父母家,车费只需 20 多元。他坐在车上左思右想,这也太厚待公司老板了,每天加班,青春都变成老板口袋里的钱,应当多花点,顺便报复报复老板!于是,他硬让司机调转车头,开到浦东转了一圈,把车费“挺”上 60 元。

压力等级:中

【诊断】状态不好,需要调整。他的行为明显非理性,想伤害别人,但事实上也伤害了自己。

天黑前回家不知所措

张先生是个不折不扣的“加班族”,天黑之前基本上没回过家。最

近,公司事情稍微轻松了些,他破天荒在正常时间下班,出乎意料的是,轻松并未如期而至,许多陌生的感觉倒是一路相随。

如果说挤地铁带给了他久违的感受,天还没黑就回家让他不知所措。“我是该先吃饭,还是先做点什么?很久没有在天黑之前吃晚饭,感觉非常不自然。”最后,张先生把家里所有的灯都打开,电脑也打开,才有了一种熟悉的感觉。

压力等级:低

【诊断】这种情况不必担心,只是习惯的问题,生物钟还没有调整过来,慢慢会好转。本报记者 姜燕

评论 07083010801

互动点评

● 学术界“博出位”之风愈刮愈烈 (编号: 07082911801)

新民网网友 IP 58.37.89.*:这都是经济利益以及学术浮夸风在作怪,不知这些人想过没有,既然能这样颠覆古人,是不是也能颠覆自己的老祖宗?

● “鼓励”奢侈消费招质疑 (编号:07082911701)

新民网网友多罗罗:我看不出这体现了什么城市“文化”和“特色”。花钱和消费是两回事,消费的前提是建立正确的消费观,而不是单纯“怎么花”。

● “热带风暴”拿员工当什么 (编号:07082910701)

新民网网友夏洛特:相信有类似事情的绝对不止“热带风暴”一家。希望有关部门能“严打”黑心雇主,保护劳动者的合法权益。

(本版选登对前几天本报报道的精彩评论。网友可登录 hd.xmnext.com 跟帖评论;手机用户发送互动编号加评报内容到 15900430043,亦可参与。)

找不到对象找“洪娘”帮忙

退休医生洪老师为白领男女搭鹊桥有秘方

“寻不到对象? 依找洪老师帮忙呀。”洪老师,一位 64 岁的高级退休医生,热心帮白领牵线搭桥,既是“生理医生”又是“心理医生”的她,介绍对象有一套“秘方”,几年来已促成了 100 多桩好事。

先了解性格再配对

当红娘,洪老师有优势。首先,她当过心理医生,帮白领分析至今未婚的原因头头是道;其次,她懂美容,初次见面前,还能给男生女生当形象顾问;第三,当然是洪老师的诚信,做父母的都愿意把小囡交给她帮忙。

洪老师帮人介绍对象的第一步,也是最重要的一步:先谈心一个小时。她坚持配对不能粗暴地“拉郎配”,而是要先了解每个人的性格,一方面能帮他找到合适的人选,另一方

面也能解开“问题男女”的心结。

总结出一套“配配经”

什么样的男生最受女生欢迎?洪老师总结出来一套“配配经”。

普遍的观念是,男人有钱有房有车,肯定吃香。但洪老师说,她接触到的很多女白领都认为,即使现在没钱、没房,只要有能力、有上进心,未来可以两个人一起创造。

“国企和外企不好配,收入差太多也不行。”洪老师发现,国企和外企的人工作环境不同,在行为方式

上也相去甚远,有的虽然初次见面满意,但最后谈“崩”的比例较大。收入相差较大,“两个人消费观念不一样,也会有比较大的冲突。”

约见时间也有讲究

洪老师一周的时间安排也有讲究。她约青年男女谈话通常在星期一、

二,这样好尽快安排他们双方见面。

“到现在还没结婚的白领,许多人是因为事业心重,经常加班,没辰光谈朋友。我是用自己的时间换他们的时间。”洪老师笑着说,“我组织信息,帮他们安排,等于我做好菜,端给他们吃。”

本报记者 姜燕

西藏那曲产地价批發

冬虫夏草

● 雪天正箱105号金门大酒房大車(西藏那曲)●
● 康定路511号有正箱内一箱近800件 WNN-22222.cn
● 北京西路650号近江湾路 T: 40088-69689

上海蘇蓬華国际商业广场 江桥店

沃尔玛购物广场

恭请光临

地址:曹安路2188号 租赁电话: 69119288

都市生活时尚

白领话题互动

有奖征集线索

msn:xmdh08@hotmail.com
mail:jiangyan@wxjt.com.cn
论坛: xmdh.xmnext.com

新民网报网互动平台:请访问 HD.XMNEXT.COM,在页面搜索框输入文章后缀编号即可参与互动。 博客:访问记者的博客 详细:获取更多信息 评论:发表评论 调查:参与投票 爆料:提供新闻线索或与本文相关的信息 征集:征集新闻线索、征文等

吉盛伟邦

国际家具村

GLOBAL HOME FURNISHINGS CENTER

全球家具旗舰店集群

9.13盛大开幕

一个颠覆传统家具卖场模式的壮举

- 汇集品牌旗舰店 1000-3000平方米 集群化呈现
- 一期共75万平方米 2010年成为全球最具影响力行业中心之一
- 600余家中外知名实力品牌 荟萃全球家居生活风尚
- 国际一线家具品牌专属领地 时尚奢华 尊享上层品味
- 特邀品牌家具拉拔区 美轮美奂而又别具一格之地

吉盛伟邦绿地国际家具村

上海赵巷嘉松中路5388号 A9赵巷出口 紧邻奥特莱斯

www.jswb.com

特别提示:

同期举办超大型国际家具展

2007全球家具上海采购大会

9.13-18面向国际国内家具采购商开放

9.15-18同时向所有观众开放

与国际采购商享受同等价格优惠!