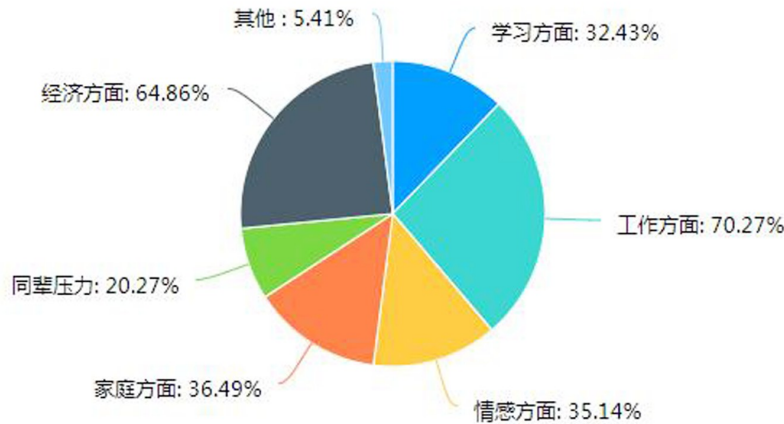


今天,你感受到“青年危机”了吗?



当今社会,身处移动互联网时代的青年们,由于成长的社会环境更趋复杂、面对的价值选择也更加多元,往往容易被危机感侵袭。为进一步了解详细情况,记者针对青年遇到的困扰以及应对困扰的方式进行了问卷调查,并根据所得结果进行分析。

记者 姜梦琳



参与人数逾百人 48.65%的受访者有危机感

日前,记者就“年轻人,你是否有危机感”为话题,对153名受访者进行了问卷调查,其中36.49%为男性、63.51%为女性。

记者通过查阅调查数据发现,参与问卷调查的受访者年龄主要分布在25岁至35岁之间,比例达到了72.97%,18岁至25岁和35岁以上的受访者所占比例仅为17.57%和9.46%;从学历来看,82.43%的受

访者为大学本科学历、12.16%的受访者研究生或研究生以上学历,初中和高中学历的受访者比例较少,只有1.35%和4.05%;从职业分布来看,参与此次问卷调查的受访者50%都是公务员或事业单位工作人员,13.51%的受访者为自由职业者,1.35%的受访者为经商人员,还有35.14%的受访者为其他职业。

在了解到这些数据后,记者对参与此次问卷调查的受访者的基本情况有了大体了解。在关于“你是否有危机感”的问题上,48.65%的受访者表示自己已有危机感、32.43%的受访者偶尔才会有危机感、8.11%的受访者非常频繁地感受到危机感、6.76%的受访者经常会有危机感,只有4.05%的受访者表示自己没有危机感。

社会压力大 70.27%的受访者危机感来源于工作

记者通过受访者对“你是否有危机感”这个问题的回答,了解到危机感的存在较为广泛,那这些危机感主要来自哪些方面呢?

调查结果显示,70.27%的受访者称危机感来自工作方面,64.86%的受访者的危机感来自经济方面,36.49%的受访者的危机感来

自家庭方面,35.14%的受访者的危机感来自情感方面,32.43%的受访者的危机感来自学习方面,20.27%的受访者的危机感来自同辈竞争压力,还有5.41%的受访者危机感来自健康、人生价值方向的迷茫等其他方面。

为了解更多情况,记者通过设置问题来

探寻危机感产生的原因。结果显示,82.43%的受访者表示危机感产生是因为社会压力、45.95%的受访者产生危机感是因为自我调节能力较弱,13.51%的受访者危机感产生则是因为原生家庭问题,还有16.22%的受访者危机感主要是因为房价及经济等原因。

提高抗压能力 62.16%的受访者学习新技能应对危机感

由于社会压力,大多数受访者都会有危机感,那在应对危机感这个问题上,不同的受访者也有着不同的方法。

调查结果显示,62.16%的受访者通过学习新技能应对危机感,47.3%的受访者通过找人倾诉来应对危机感,41.89%的受访者通过选择健身、听音乐、养宠物等休闲娱乐方

式来应对危机感,31.08%的受访者通过逛街、购物等行为来应对危机感,16.22%的受访者选择顺其自然,4.05%的受访者在有危机感时选择心理咨询。对于自己处理危机感的方法,39.19%的受访者表示感觉还行,32.43%的受访者表示一般,21.62%的受访者表示不满意,5.41%的受访者表示满意。

当成功应对危机后,参与问卷调查的受访者收获了什么呢?根据调查结果,记者了解到,62.16%的受访者提高了抗压能力、47.3%的受访者提高了工作技能,39.19%的受访者养成了健康的生活习惯,28.38%的受访者改善了人际关系,还有12.16%的受访者提升了对自身以及对周围世界的认识等。

新闻+

心理医生支招: 如何正确应对危机感

商报讯(记者 姜梦琳)日前,为了解青年人如何看待危机感,记者来到拉萨市神力时代广场,对来往的几位青年人进行了街头采访。

在采访中,市民央拉告诉记者,年轻人要在不影响身心健康的前提下,适当有一些危机感,这样才能促使自己上进;市民拉巴次仁表示自己偶尔也会有危机感,但是他认为危机感是人到一定年龄阶段都会有的状态,但有了危机感不可怕,关键是自己如何化解这份危机感;市民王晓松则认为危机感在不同的年龄阶段都会产生,无论通过何种方式,只要自己能够将其控制在一个合理的范围内,就说明此时的危机感不仅不是坏事,还能督促自己更好成长;市民张冲表示,危机感可以化压力为动力,但危机感太强的话,就可能会给自己太大压力,容易影响做事的效率和思考的方式,所以面对危机感要放宽心态,巧妙化解。

虽然在采访中,很多市民都向记者诉说了对于危机感的看法,但如何应对危机感才最合理、最有效呢?带着这个问题,记者采访了自治区第二人民医院精神卫生防治中心负责人其美卓嘎。

她表示,危机感在各个年龄阶段都有可能发生,对于年轻人来说,危机感会对他们的日常工作学习和社交生活产生干扰,对学习、人际关系都会产生不良影响,严重的危机感甚至可能带来一系列的身体或心理上的疾病。因此,当你有了危机感时,可以多寻求社会支持,找值得信任的家人、朋友倾诉,共同解决问题,缓解心理压力。但如果危机感已经严重影响到生活和工作,就需要通过专业的心理医生进行咨询干预。“在日常生活中,我们要经常进行心理保养,了解一些心理健康的知识,平时还要多运动、多和朋友沟通。年轻人有了危机感也不用过于紧张,要想办法正确应对,鼓励自己迈出这一步,从而慢慢战胜危机感。”其美卓嘎说。

关于对部分网络传播不实信息的严正声明

近期,我司发现“西藏升学规划师”、“张老师”(IP地址为:222.183.24.24)“冯召召”等部分网络用户,以“卓卓康巴高考降分政策说明,赢在起跑线上”、“西藏昌都卓卓康巴高考升学项目介绍”、“卓卓康巴传奇昌都西藏落户高考”、“卓卓康巴靠谱找靠谱的高考升学,就到河北见学”等为标题,在各大网络平台上捏造并发布针对我司的不实信息,严重侵犯了我司的合法权益。我司为澄清事实,维护自身合法权益,故严正声明如下:

一、我司从未授权任何网络用户或网络媒体对我司经营的“卓卓康巴酒店式青创公寓”进行任何形式网络宣传,也从未作出如“购房落户后可以以西藏考生身份参加高考,不用迁学籍,高考时去咸阳西藏民族大学进行借考”的承诺。上述内容均系恶意编造的网络谣言,与事实严重不符且毫无根据地诱导公众,已对我司造成了恶劣影响。

二、长期以来,我司都积极响应国家号召,并严格遵守国家相关法律法规及地方相关

法律法规,在公司内全面禁止参与以“高考移民”为诱导的销售行为,一经发现严惩不贷。

三、严厉谴责并抵制一切关于我司的不实信息,望各广大网络平台积极履行作为网络服务提供者的监督义务,及时屏蔽并删除有关侵权内容,以免侵权损害后果的进一步扩大,我司会保留对相关网络平台追究法律责任的权利。

四、严正警告相关不实信息的网络发布者、传播者,请即刻删除所有针对我司的不实言论和推广信息。对于已经发现涉嫌侵权的内容,我司已经依法取证,并保留采取法律措施对怠于停止侵权行为追究法律责任的权利。

特此声明

芒康县卓卓康巴房地产开发有限公司
2020年5月6日

西藏雪源拍卖有限公司拍卖公告

受委托我公司将对8辆公务用车面向社会进行公开拍卖,欢迎社会各界人士参加竞拍。

序号	车牌号	车型	注册日期	参考价(元)
1	藏GA7839	尼桑皮卡	2008.8.17	9000
2	藏GA9502	尼桑皮卡	2009.6.25	9000
3	藏GB9082	尼桑越野	2012.6.20	30000
4	藏GB3579	五十铃皮卡	2011.1.25	9000
5	藏GB9122	五十铃皮卡	2012.6.20	14000
6	藏GB9013	五十铃皮卡	2012.6.20	14000
7	藏GB3068	长丰猎豹	2010.10.22	21000
8	藏GB3055	三菱	2010.10.27	38000

本次拍卖所有车辆以车辆现状为准,请竞买人在拍卖前对所拍车辆的现时技术状况和车辆手续登记状况做仔细了解,拍卖成交后委托方和拍卖方不承担瑕疵担保责任。(如车辆违章、年检过期、证件丢失,拍卖成交后由买受人自行负责办理,所有费用由买受人自理。)

有意竞买者请在公告发布之日起持本人身份证或其他有效证件到我公司办理竞买登记手续,每辆车交付保证金1万元人民币,拍卖成交后保证金抵作部分成交价款,未成交的保证金在拍卖后3个工作日内全额无息退还。拍卖成交后需再交纳每辆车1万元人民币的过户保证金,在办理完车辆过户后凭新的车辆行驶证到我公司退还过户保证金(过户的所有费用由买受人自行承担),有意者请致电我公司咨询或实地到现场考

察标的现状。

拍卖时间:2020年5月20日11:00

拍卖地点:电话通知

车辆预展时间:自公告发布之日起至2020年5月19日18:00止。

保证金交付截止时间:2020年5月19日18:00止,逾期不予受理报名登记。

联系人:0891-6812165

普布扎西 18889010304

罗布先生 13518992606

西藏雪源拍卖有限公司
2020年5月6日