

考生们,一颗平常心淡定迎高考

□石平(本报)

3日,河北衡水二中为每位备战高考的高三学生发放了两张5元崭新连号人民币留作纪念。十元钱代表“十全十美”,连号则代表“顺顺利利”,这是该校多年来考前减压活动之一,也是送给考生们的真诚祝愿。收到学校的“福利”和祝福,考生们开心不已。

说实在的,对于衡水中学的这种高考减压活动我不敢苟同,尽管该校每年的升学率很高,也是所谓的“名校”。有句话叫:人生不如意十之八九。所谓的“十全十美”只是一种美好的期望而已。换言之,磕磕绊绊才是常态。问题是这种追求“十全十美”的心态常常调高了人们的期望值,一旦在考试过程中出

现或大或小的失误,就会给人带去很大的落差,甚至造成致命的打击,猝不及防之下,这种心理刺激会让很多人伤心欲绝,这不能不说是一种误导造成的悲哀。

笔者想起了五年前女儿的高考经历。作为学校唯一推选的北大“种子选手”,面试环节一路过关斩将很是顺利,应该说一只脚已经跨进了心仪的大学。可就在考试时,由于过度紧张,以至于答题看错了位置,最终以3分之差与该校失之交臂。当时的郁闷之情非亲身经历者不能想象。女儿伤心之余毅然决然南下求学。五年之后回过头来看这段经历,真是“塞翁失马焉知非福”。一个是考试时急于求成太紧张,想进这扇门却进了另一扇门;另一个是很庆幸后来来到改革开放前沿的南方上学,不但接受了北方很难接触到的很多新思想、新观念,更利用学校资源和港台及国外高校进行了学习交流,这些都为今

后的发展奠定了良好的基础。

女儿的高考经历印证了一种“克拉克现象”,即指平时训练水平高、成绩好的运动员在比赛场上屡屡失常的现象。“克拉克现象”并不奇怪,75%的学生临考前都有紧张、焦虑、恐慌等负面情绪。毕竟面对决定人生前途的高考,学生的精神压力、心理负担很重,因此容易怯场。许多同学落榜,并不全是因为考题太难,而是因为思想过于紧张,从而导致记忆混乱、思维阻滞。可见考场不只是对考生基础知识和基本技能的考验,更是对考生有无良好心理素质的考验。而这一点,从学校、家庭再到社会,从老师、家长再到社会心理咨询的认识都不太到位,他们大多关注的是考生的成绩。

其实,即便是高考顺利过关,心理的不成熟有朝一日也会“冒”出来干扰人的发展,这就是人生的历练。认识到了这一点,就应

该把高考当成人生这场马拉松的一个节点来看待,而不是像有些观点说的“一考定终身”以及“不要输在起跑线上”等奇谈怪论。从人生经历的长河看,考上大学不过是意味着有了更好的学习深造的机会而已,考不上也不意味着人生的失败。因为人生最重要的是通过接受教育找到适合自己的生活方式,考上大学或者考上所谓的名校并不意味着就找到了适合自己的生活方式,这样的事例太多太多了。

高考只不过是一场考试而已。一者,高招录取率逐年攀高;二者,高等教育大众化之后,高考的魅力逐渐减弱,大学与饭碗之间的关联日渐模糊。说到底,高考是智慧的博弈,是学识的秀场,是人生的一次经历和历练,但绝不是命运的分水岭。如果能重新打量和正确评估今日高考的意义和价值,也许就会获得一份从容和淡定。

画里有话



马到成功

□京文

在被誉为“亚洲最大高考工厂”的安徽毛坦厂中学,人们相信有某种超自然的神秘力量存在,也因此有着种种规则和禁忌。送考生的车队,前三辆大巴车的车牌尾号必须是“8”,出发时间是上午8点8分。而头车司机一定要属马,寓意“马到成功”。

(6月3日《中国青年报》)

■ 网言个论

多少人愿意被炒作牵着鼻子走

□高路

清华大学学生卖学姐被褥的事被喷了一整天的口水,这种变态的趣味引发了公众的反感。3日北京晨报的一则报道援引清华大学校方的回应为这些争议划上了句号。有学姐的被褥,但没有一抢而空;是在清华校园里,但却是策划的产物,照片里的真相其实是:这只是一个推销APP的商业广告。

这条流传于网上的不长的新闻里,一大硬伤是未经权威媒体确认,我传你的,你传他的,最终来源是哪,莫衷一是,搅成了一锅浑水。其实一些漏洞并不需要花太多时间来证明,比如新闻里说的“一位清华大学生物科技学院大三学生小磊花了800元买了两床韩国学姐的被子”。网上百度一下,或者上清华大学的官方网站求证一下,就能发现,清华大学根本没有生物科技学院,倒是有一个生命科学学院,那么新闻中的生物科技学院的生又是从何而来的?

当然,很多时候细节的误差不代表新闻本身的真假,最重要的仍然是新闻本身的合理性。这个社会确实存在一些恋物癖的人,比如有人收藏内衣有人偷窃女性用品,但大概不会有人光明正大地表露自己的意图。买学姐的被褥,当然不是冲被子去的,而是冲学姐去的,连一点点掩饰自己行为的借口都找不到,这跟买学姐的旧自行车不是一回事。以中国人的个性,这种事发生在众目睽睽之下并且是大学校园里,那就等于让自己淹死在别人的口水里,可能性极低。

硬伤是如此明显,但因为打上了大学生和清华大学的标签,很容易引发关注。买学姐被褥的口味有点重,清华的名头也够响,这满足了一些人猎奇的心理。有些人则是预设前提,然后对号入座。心里早已预设了对大学生的失望,自然也不会去在意新闻本身的硬伤,由此得出一些大学生恶俗变态的结论当然是站不住脚的。

“学姐被褥”从一个侧面反映了时下的舆论有多容易被炒作牵着鼻子走,也印证了浮躁之气有多重。网络每天都在生产着大量新闻,有些新闻曝光当天火爆,一天以后就无人问津了,常常不是因为它们还不够新奇,而是因为它们与社会现实脱节,根本没有生命力,那些像垃圾一样消失的新闻里会留下了炒作和借机炒作的痕迹。并不是谁比谁更理智一点,也不是谁比谁掌握了更先进的工具,这基本上是个态度问题,是面对各种奇葩一样的事情,你是本着一种质疑的态度还是拿来赚点击率。

■ 百姓说话

不要把焦虑情绪“传染”给孩子

□戴忠群

万千家庭关注的高考就在眼前,翘首期盼佳绩的考生和家长,不少都笼罩在焦虑紧张的情绪氛围中。很多考生家长期望值过高以致过度关心,让考生无所适从。家长如此关照也是爱子心切,都在情理之中,不过如此“用心良苦”,却往往适得其反,这种过度焦虑的情绪,也会“传染”给孩子,从而让他们更加焦虑。

其实,越到考前最后冲刺阶段,越要沉住气,给考生创造一个温馨愉快的生活学习环境,让他们在没有心理负担的情绪下面对高考,面对人生的选择。

为此,笔者建议:首先,要让孩子淡定面对高考,让他们和平时一样,心平气和进考场,告诉孩子,条条大道通罗马,认真对待就行。其二,考前和孩子相处,要尽量以平静的心态和他们交流,焦虑情绪不要在孩子面前流露,不要给孩子施加压力。其三,孩子的生活细节方面多多关照,高考前夜,提醒他们早点睡觉,第二

天用丰富的早餐“唤醒”孩子,让他们精神抖擞、胸有成竹地去赶考。其四,孩子临考阶段,饮食卫生至关重要,最好不要随意到外面用餐,父母最了解自己孩子的口味,大人辛苦点,多为孩子准备些平时爱吃的饭菜最好。其五,家长要督促孩子并再三检查学习用具、准考证、身份证是不是准备好了。最后,考完一门后,与其询问孩子考的怎么样,倒不如问问他们发挥地如何,再聊聊天外话,让孩子没有包袱地开始下一场考试。

老人104岁了还摆摊?还摆了一两年,没有子女赡养吗?退休金不够花吗?没有高龄福利吗?有这样的新闻,谁更应该脸红呢?

◎朱永新:近日读《运动改造大脑》一书,其中介绍美国内珀维尔203学区的新体育教育课程变革,重点是指导孩子们如何监测和保持自身的健康和强健体能,在了解他们身体如何运作的同时,培养健康的习惯、技能和兴趣爱好。这样,体育课真正传授的是一种生活方式。

■ 微言大义

◎网球笨豆:去年年初澳网夺冠,去年此时法网首轮出局;九月宣布退役,六月已成为母亲。我们曾经遗憾,她是不是退役得太早;我们也曾经猜想,她如果不是离开网坛两年多会不会成就更高。但其实,巅峰、低谷、网球之爱、人生乐趣,李娜没有错过一样;不仅如此,一步一步,还全部踏准了perfect timing。

◎祝佳音:近日陕西公安厅在幼儿园进行防拐骗演练,没想到,一个班35名小朋

友中,32个被扮演的人贩子带走,引起人们担忧。我听了点报道,倒觉得这很正常。相反,没被带走那3个孩子才让人担忧,基本上这个测试就类似“在5岁幼儿熟睡的时候让忍者大师从房檐上潜入,只有3个孩子能够随时警醒并循声射出手里箭”。

◎作家崔成浩:看到一则宣传反假币的新闻,说104岁的老人摆摊,近一两年来竟收到3000元假币,无奈贴告示“请勿使用假币欺骗老人。”看完这条新闻我很吃惊,

到太平申请理赔,比设想还多一万 ——记枣庄首例原位癌赔付

到太平人寿枣庄中心支公司申请理赔,竟然比预计多赔付1万元,这对太平客户赵女士来说真是一件令人开心的事,这,究竟是怎么回事呢?

原来,2013年11月11日,为了让自己以后有个健康保障,赵女士在朋友介绍下,在太平人寿的代理人李伟经理手中购买了福利健康重大疾病保险,同时附加了一份小病医疗保险。2015年4月初,赵女士因身体不适至枣庄市立医院检查,经诊断患上宫颈上皮内瘤样病变Ⅱ级,住院三天痊愈。后赵女士到太平人寿枣庄中心申请住院医疗理赔。太平人寿枣庄中支的理赔人员在审核客户理赔资料后,上传至总公司,总公司理赔人员发现赵女士所患病症属于原位癌范畴,随即查看赵女士所购买的保单险种,经查,发现赵女士购买的产品为福利健康重大疾病保险。福利健康产品在兼顾50种重大疾病保障,

同时又涵盖了原位癌责任保障。经审核,赵女士所患疾病符合原位癌责任,按照保险条款,应该赔付保额的20%,即1万元整。随后,太平人寿枣庄中支理赔人员主动联系赵女士,在客户不了解原位癌理赔的情况下,主动承担了原位癌赔付的保险责任,赔付了1万元原位癌理赔金。赵女士收到赔付短信通知后,得知多赔付1万元的前因后果,表示很是意外,同时对公司很是感激。

本次理赔是太平人寿枣庄中心支公司首例原位癌赔付,也是太平主动承担责任,保障客户权益众多案例中的一个。太平人寿,为广大的客户不仅仅提供必要的理赔服务,更主动承担保险责任,360°全方位保障客户权益,高效、贴心的服务赢得广大客户一致好评。

(王珍珍)

5月31日是第28个“世界无烟日”,今年的主题是“制止烟草制品非法贸易”。卷烟批发环节从价税率由5%提高至11%,并按0.005元/支加征从量税后,号称“史上最严禁烟令”的《北京市控制吸烟条例》6月1日起也正式实施,北京所有“带顶”的公共场所、工作场所和公共交通工具开始全面禁烟……

国家出台的一系列控烟举措,您怎么看?这烟到底该不该戒?各位读者,请一起来讨论讨论吧。投稿邮箱: zzwbsy2013@163.com。