



# 别把机关大院当围城

◎◎ 专家支持：邵儗颖 林紫 心理咨询中心全职心理咨询师  
采访：吴国源 国家二级心理咨询师 朱砂

## | 专家调查档案 |

体制内的“永久的安全”让人踏实放心，可是，外面却似乎有着更广阔的天地和“可能的发展机会”。当这样的纠结出现在公务员考试的考题中，你会作出怎样的回答？作为赶考大军中的一员，你是否想清楚了自己在求职中的需求，以及自己可以为一个工作岗位所付出的代价？

## 【事件回放】

小邹今年 27 岁，已经在机关里工作 4 年多了。别人羡慕他可以吃一辈子“皇粮”，他却受不了沉闷的工作，想跳槽。

现实中没有小邹。他其实只是今年国家公务员考试的考题里虚拟的一个人物。不过，现实中在机关里被习惯性地称为“小×”的年轻人，他们中有许多正经历和小邹相似的迷茫。要不要放弃体制内的“永久的安全”，到更广阔的世界寻找“可能的发展机会”？这是小邹的烦恼。

在上海政府部门工作的小陈好几次考虑过辞职。可别人问她想去什么地方时，她有点颓丧地说：“你不应该问我想去什么地方，你应该问我还能去什么地方。除了会打字、会写文章、会组织会议、会安排座位、会跟领导打招呼外，我现在什么也不会。体制就是围城，一旦进来就会被束缚、固化，甚至思维都会非常体制内，有一天想走的时候，已经不适合了，那还是在貌似安全、貌似温暖的体制里呆着吧。”

(来源：中国青年报)



## 这个岗位为什么选择我？

对于现代人来说，工作占据了生命中最有活力的阶段的大部分时间。因此，职业的选择可以说是生活方式的选择，甚至可以说是如何度过大半生的选择。这个选择会决定你以什么样的角色、身份来出场，你会结交怎样的朋友、有什么样的圈子、形成什么样的生活习惯等等。所以，在选择职业生涯时，为什么做出这个选择，也就是职业价值观是需要搞清楚的重大问题。吴国源曾经从事人力资源方面的工作多年，他发现，大多数求职者在争取一个工作的时候，都会首先看到这份工作可能给自己带来的是什么、自己从中获取的收益是什么。至于劣势和不足，有的人可能考虑到了，但是这些烦恼既然还没到眼前，就不多考虑了。

在吴国源看来，找工作时，选择职业的思维顺序和思路很重要。他指出，职业选择时要问

自己的第一个问题是：人家为什么要录用我，而不是录用别人？这个单位对这个岗位，以及对岗位的担任者的要求，是不是我能做到的？同时，我能否长期提供对方所需要的？“这个问题的意义在于，单位要求求职者付出的，作为求职者是否真实地明白和理解，能否做得到——长期而非一两天、一两个月。职业是双向选择，如同婚姻一样，假如你不知道对方喜欢你哪里，很可能不是做错事就是说错话，或者总感到这不是自己想要的生活。只有你先明白了对方的需求，同时发现自己能比较稳定做到，那么才能进入第二步——问自己，你喜欢对方哪里？值得注意的是，这句话的主语是‘你’，这个你是独立的，有自我的你自己，你可以考虑社会现状、家庭状况、个人经济状况等等，也要考虑自己的个性和你的内心真正想要的是什么。”

## 别因为一时的“担心”影响了你的选择

每年的公务员考试都热火朝天，很多还没有过任何工作经验的大学生就热衷于参加公务员考试，把当公务员当成自己的理想职业。工作环境不错、稳定的铁饭碗、比较完善的福利、比较好的社会地位……这或许是一些忙着参加公务员考试的年轻人所能想到的理由，而在日常的咨询工作中，邵儗颖发现，还有相当多的年轻人甚至连这些理由都说不上来，就盲目地投入了公务员考试中。“有些来访者，往往是同时在准备考研和考公务员，问他们为什么考研、考公务员，他们的回答是，其他人也都在考。这些年轻人往往个人条件不差，但是，属于被动吸收型，从小读书成绩可能一直不错，但是不知道自己努力读书是为了什么，爸爸妈妈的要求，似乎就是他们的理由。到了大学毕业，丧失目标的他们，用随大流的参加考研、考公务员来回避自己没有明确目标这个状况。”

公务员有很多不同的岗位，在不同的岗位上，工作内容不

同、工作节奏不同、对人的要求也不同。想做公务员，是想去什么岗位呢？当邵儗颖提出这样的问题时，坐在对面的来访者往往是茫然无措的。在机关里工作，需要个性沉稳、需要遵守很多的规章制度、需要懂得处理人际关系。基层的很多岗位，工作并不清闲，工资待遇和许多外企比起来也差了一大截，和在企业里不同，在机关工作，个人能够发挥“创意”的空间并不多。这些往往是埋头考公务员的年轻人并不了解，或者没有认真思考的。在求职路上，捧上一个稳定的金饭碗，似乎是他们最关心的。对此，吴国源提醒说：“年轻的求职者要想清楚，稳定是否是自己当下的第一价值选项？如果做出选择的背后，是某种担心和不安安全感为出发点的，那么一旦获得安全感（做了公务员），被先前的担心和不安感所压抑的自己的需求就会马上冒出来。所以，在做选择之前，一定要明确‘你要什么’，而不是把你担心什么，或是你羡慕什么，变成你的选择。”

## 决定换工作之前为自己写一份总结

只想要职业给自己带来的利益，只想满足自己的需求，而不考虑职业的要求，这样的职业选择往往比较容易陷入纠结中。在年轻的公务员中，这类情况并不少见。所以，我们可以看到一些年轻的公务员在工作几年后，选择辞职，重新择业。在吴国源看来，这不是一件坏事，这至少说明，经过一段时间的实践和摸索，了解自己的想法，重新做出了选择。“不论是选择做公务员还是选择其他的工作，都需要经过一些事，才知道自己想要什么。在西方有一个这样的说法：上帝是不公平的，他没让你投胎到英国女王家做王子。每一个人的出身都不一样，环境和教育都不一样，所以，你也许不是上帝的宠儿，但是上帝赋予你一项巨大的能力，连他本人也无法控制你的，那就是选择权，你随时随地可以选择这样的生活，也可以选择那样的生活，你可以选择往左走，也可以选择往右走。所有你拥有的都是你选

择的结果。在我们身边，会有那么一种人，总是说，‘我没办法啊，只能这样，我不这样怎么可以，我爸爸妈妈这样要求的，大环境就是这个样子，我没钱、没房、没名校的高学历……’其实，是你选择了这样的状态，你自己身体力行的，结果却在抱怨、纠结。”

对于那些打算辞去公务员的工作，重新择业的年轻人，邵儗颖提醒说：“在职人员换工作的成本比应届生要高。特别是换一个行业，可能就意味着之前的人脉、经验等等都要归零。所以，在做决定之前要搞清楚，你是在更精准地追求自己的理想，还是说把换工作当做逃避？”

邵儗颖建议：“在换工作之前，为自己写一份总结，总结在这一份工作中，自己收获了多少，哪些地方是以前不成熟的，现在有所成长了，哪些是自己存在不足的……这样的一份总结，是服务于自己个人的成长的。”

(据《新民晚报》)



## 爱是最难的功课

或许是为了给父母们以信心，我看过不止一位亲子教育专家在书中写，做一个成功的父母绝对是件很简单的事情。

然而在我看来，如果说做父母不是世界上最困难的工作，那也是最困难的工作之一。

这是因为，我们面对的是人的工作。

与人有关的工作永远是最困难的，因为人心最敏感最柔嫩最复杂最多变，易受伤害，易被扭曲，乃至折断。

我知道许多父母如我一样，尽了全力来爱自己的孩子。问题在于很多时候，我们爱的方式错了，我们没有学会如何去爱。

孩子是我们人生的延续，孩子就像自身的一部分，我们像爱自己一样爱着孩子——然而，其实我们也并没有学会如何爱自己。这是很大一部分问题的症结所在。

爱自己，意味着接纳自身的全部，有勇气面对真实的自我。

爱自己，意味着赋予心灵以自由伸展的空间，张开怀抱去拥抱更多美好的事物。

可很多时候，我们并没有学会这样爱自己。我们连自身都没有接纳，又如何去接纳孩子？我们自身都没有面对真相的勇气，又如何教会孩子迎接命运的击打？

这是人活在世界上的难题。自身的存在就是难题。爱孩子意味着你要一边克服存在的难题一边去付出。

父母是人伦天职，一旦选择便无从推卸、躲避。身为成年人，我们要对自身所生活的、我们的孩子将继续生活的这个世界负起责任。当我们询问“这个世界好吗”，问题的答案，很可能取决于我们现在如何去当父母。

这是人生至为重要的考验。

改变自己必须改变自己。这个理念已逐渐被愿意学习、有自我反省精神的父母所接受。

但改变是非常难做到的。因为面对全身心仰赖于你的孩子，你是强势一方，不会愿意主动推翻自己的观念。在过往的人生经历中，为你获得成功、被视为支柱的力量，你断然不肯放弃，殊不知，如果带进与小孩的相处中，就有可能出现问题。

改变自己，意味着把固有的自我打碎重建。你的骄傲要放弃，你的位置要调整，你十分看重的、引以为豪的、自恃的东西，在与小孩相处过程中说不定是个无足轻重的东西、毫无意义的东西，那么，你就要放弃掉，干脆脆抛弃掉。

你自身也有地方是空白，是很薄弱的，你也得承认，承认自身无知无能的一面，然后重新来，跟小孩一起成长。

小孩来到人世，你陪着他，和他一起慢慢长大。你也不是教育者，你们一起长，相互琢磨探索。小孩子一点点长大，你也一点点探触到那个真实的自己。

新的一年，爱依然是最难的功课。

(章红)