



2019年5月,世界卫生组织首次把“工作倦怠”列入《国际疾病分类》,揭示了一个久被遮蔽的重大社会问题:为什么那么多人会在工作中燃尽自我,以至于精力耗竭、消极厌世,效率崩塌,以及为什么年轻人越来越不愿意工作、讨厌上班,希望一劳永逸地“家里躺”。

工作倦怠并非只是一个在办公场所才存在的问题,也不仅仅只是员工自己的问题,它是由教育、经济、社会等一系列因素所共同鞭挞出的现代文明的伤疤。工作倦怠对于很多人来说,从学校迈向社会的第一步就开始了。

设想,当你拥有一张大学文凭,在投出一百多份简历之后,依然没有得到一个面试通知时,你会把原因归咎于何处?是自己不够勤奋,还是家境平常无力“拼爹”,抑或学校所传授的知识脱节社会需求太多,还是经济形势太差企业缩招了?

生活在21世纪20年代的年轻人,正面临着有史以来最具挑战性的就业环境:

高校扩张,导致整个就业市场对学历的要求水涨船高,于是,博士毕业去当高中教师,名校毕业卖猪肉,“海归”回国成“海待”,这些十年前媒体曾经刊登的新闻人物,如今都不足以吸引记者们的关注。因为,高等教育的普及,也是文凭去魅的过程。

毕业生可供挑选的职业,不是变多了,而是变少了。随着自动化在各行各业的普及,从平炉工到胶片冲洗工,父辈们引以为傲的许多职业岗位,如今只存在于档案文字中;人们对于职业想象力也日渐趋同和贫乏,从美国到中国,当一名大红大紫的视频博主,几乎成为全球青少年共同向往的职业。这也是人类从生产社会走向消费社会的必然。

繁荣的服务业并没有带来想象中的轻盈未来,从旅行预订网站的酒店试睡员到外卖平台的配送小哥,在平台经济中,更多人奉献出的是比传统岗位更多的汗水和时间,以至于“996”成为今天科技行业的普遍工作作息。相比找不到工作的人来说,给你一个加班的机会,似

新书摘



我们并非孤独地倦怠

□波波夫

乎也成为一种可以炫耀的烦恼。

相比“70后”“80后”,2000年后出生的一代人,也是中国有史以来最富裕的一代人,他们所处的中国早已不是“人口多、底子薄”,而是全球数一数二的超级经济体,既是能够生产联合国产业分类中列出的全部工业门类产品的世界工厂,同时也是全球各大奢侈品牌万般不愿开罪的世界商场。

更富裕的结果是,毕业之后,工作并非年轻人唯一的选项,于是间隔年(Gap Year)也西风东渐,在中国流行开来,只不过人群从美国的高中生变成中国的大学毕业生,从去公益组织做义工变成环球旅行,从思考人生的意义变成享受人生的乐趣。

变味的不只是间隔年。在消费主义和互联网两股大潮的冲击之下,传统的工作伦理已然分崩离析。不工作非但不是一种不道德的表现,相反还是家境优渥、人心豁达的表征。在一个万物皆可数字化的时代,传统的工作场景和内容早已千变万化,以至于人们对于工作的定义也在变化,工作的伦理也在蜕变。

工作和玩乐的边界从未如此模糊过。澳大利亚大堡礁守礁人早

已不是最好玩的职业了。对着好山好水,人们也会生出“好寂寞”的哀叹。网游打得好,可以晋升职业电竞选手;喜欢写写画画摆弄视频的,则可以从各大内容平台澎湃的流量中分得一杯羹;有好嗓子的搞怪高手则有机会在快手、抖音上赚得盆满钵溢。

并不是“朝九晚五”“三点一线”才算是正经工作,一份工作干上几十年也不可想象。无论是中国还是美国,人们在一份工作上待的时间普遍只有三到五年,一生跳上几回槽再正常不过;短暂、灵活、弹性取代了长期、稳定、刚性,成为当代主流的工作方式。一份工作已不足以成为我们身份的标识。

在这样一个变动不居的环境下,工作不再如同工业社会那样成为主宰个人生活、社会秩序和社会生存能力的中枢。在一个数字化的消费时代,只有消费才会在我们的舞台中占据中央位置。反正,无论是在格子间里朝九晚五,还是居家创业,今天的工作平台大部分都是对着屏幕,笔记本的、手机的、平板电脑的屏幕,人生的悲欢离合就是在这一片又一片黑镜中起起落落、纵横捭阖。不知数百年后的地球人,再看待生活在

“蛰居族”“啃老族”为什么越来越多?青年人为什么越忙越穷?是千禧一代太娇气,还是“996”太残酷?新经济背景下,“工作”是否可以被重新定义?新书《倦怠:为何我们不想工作》直击青年人生活痛点,关注青年群体的现实生活与心理健康,引用大量调研报告与研究数据,对与就业相关的社会热点问题进行了分析与探讨,具有很强的现实意义。

21世纪的我们,会不会也是一脸困惑:他们为啥一天花上那么多个小时对着一块屏幕?

所以,如果你还拿着几十年前的标准去评判今天年轻人的干劲,自然无法理解“三和大神”躺卧街头的闲散,也无法理解“窃·格瓦拉”毫不掩饰对打工的蔑视,更无法理解啃老、蛰居、尼特这些层出不穷的不工作人群为何越来越壮大。

这大概是两害相权取其轻的结果。今天,几乎没有一份轻松的工作,否则我们如何解释罹患职场倦怠的人为何越来越多。公务员虽是铁饭碗,却并非最幸福的人群,在最近抗击新冠肺炎疫情中,他们中的许多人一连工作数周;而那些在企业工作的人,更是以“社畜”自居,凌晨一点的后厂村、中关村,许多栋写字楼依然灯火通明,这也是中国奇迹背后的一面。

勤奋并不总能带来财富,很多时候不过勉强度日而已,这已是一种全球性现象。许多美国人一天做两份工,才付得起房租水电;在日本,看上去很自由的零工越来越多,但单位劳动报酬远不及正式工,还会因为对于未来不确定,而自我延长工作时间;“世界是平的”

的预测落空了,贫富差距的鸿沟在绝大部分地区其实是在拉大,无就业式的增长更令人不安。

温柔的人总是伤痕累累,但职场专家们还是教导年轻人们要继续提升自身技能,终身学习,适应职场的日新月异。然而,让人去适应机器又谈何容易。在无灯工厂的流水线上,忙碌的是工业手臂,工人成为照料它们的保姆;在装扮得像游乐园的科技公司办公楼里,程序员们扮演着21世纪建筑工的角色,为数字世界添砖加瓦;在一个日益麦当劳化的社会中,越来越多的工作,是人在协调、适应机器,而非相反。

我们很有可能正在重演第一次工业革命机器对人异化的那一幕,焦虑、抑郁、倦怠不过是这种异化在我们精神面貌上的投射。

越来越细致的分工,越来越普及的自动化,在人们手头工作和交付产品之间竖立起一道又一道隔离墙,最终让人们看不清每一份具体工作的意义。无论是传统的科层制还是新近倡导的扁平化管理,本质上都无法缓解当下工作一族所遭遇的意义虚无的精神危机。我们总得找到应对之道,于是,各种鸡汤文章走红朋友圈,冥想课程成为社畜们的新时尚,积极心理学成为当下热门显学,救赎之道层出不穷,但许多人还是被困在倦怠的迷宫。唯一可以安慰的是,我们并非孤独地迷路。



《倦怠:为何我们不想工作》波波夫 著 东方出版社

<p>精品资讯</p> <p>订版电话: (0531) 85196204</p>	<p>调查咨询</p> <p>◆老赖克星专业清欠 86759888</p>	<p>招生培训</p> <p>重点高中借读 转学咨询。 电话18615236660李老師</p>	<p>出租转让</p> <p>房屋转让 位于仲官镇门牙村附近二层小楼转让,面积一百多平米,价格面议 13864008686</p>	<p>综合招聘</p> <p>4.2米提货司机数名 9.6米大车司机数名 半挂车司机数名 有意联系18963456686</p> <p>美容院招聘 经理、保洁,女,45-50岁,形象好,3000-5000元,8小时。文员数名,工资面议。87951977</p>	<p>网咖连锁招聘保洁工 上午7点至下午19点,中午有3小时休息时间,工资3500元每月,18-59岁男女不限,工作地点在天桥区。 电话:18806417777。 13210511211。</p>
	<p>收购字画</p> <p>◆求购15864536825</p>	<p>高价收购名人字画 电话:18866867078 地址:舜耕路6-1号(泉城公园东门北50米路东)大雅堂美术馆</p>	<p>高价回收 名酒 老酒 字画 老钱币 18668992150 地址:市中区经十路与胜利大街交叉口隆泉艺术品收藏中心</p>		<p>济南老酒收藏馆 高价回收老酒 18100380456</p>
<p>专业疏通 杨15098882348 82217833打孔、抽化粪池</p>	<p>诚信收购老酒 免费鉴定 高价现金上门收购 18254188388</p>	<p>装饰装修 老技工装修 水电、粉刷、吊顶、隔断、墙地砖13361063914</p>	<p>退老老兵搬家 66978266 搬家、搬厂、空调、设备、长途</p>	<p>蚂蚁搬家 六区连锁 八区连锁 搬家、搬厂、空调移修 市中区85883509 历下区68686682 天桥区85880708 历城区55508857 槐荫区87521009 高新区55509981</p>	<p>免费搬家 六区连锁 86730169 正规发票 专业搬家、空调移修</p>
<p>老技工疏通改管道 换铁管、改厨、水管、堵漏、抽粪 低价保通 18705310445</p>	<p>专业室内管道钻孔 抽化粪池、更换马桶、管道修改 五区连锁 15624505884</p>	<p>家政服务 ◆家政18306417176</p>	<p>蚂蚁搬家 六区连锁 86837050 86773337</p>	<p>济南伟达搬家 六区连锁 88670311 正规注册 专业搬家、空调移修</p>	

<p>康养服务专版 订版电话:0531-85196204</p>	<p>济南106医院医养老年科 主任查房,专业护士,医保定点,接收失能长期诚聘:各专业有证医护人员、护理员 电话:0531-81605733(医养科) 0531-87297111(人事科) 地址:经十路28722号(明星小区旁) 市区乘坐公交车至明星小区下车路南</p>	<p>绿地品牌 国企责任 医养结合 智慧监测 济南绿地国际城综合养老服务中心 试营业双重钜惠 99元抢7天试入住/床位费8折/缴费最高立减2500元 咨询电话:15553140555 王经理 地址:济南市市中区二环南路绿地国际城 (另:济南绿地幸福家护理院 2021年1月即将盛大开业 现接受咨询预定)</p>
<p>夕阳金秋老年公寓 民政局批准正规单位,新建公寓楼房间朝阳,每个房间带卫生间,阳台,清真食堂,设施齐全,医养结合,如需入住免费去接。长期聘请工 电话:87158977 87159877 地址:刘长山路延长线白马花园南区16号楼</p>	<p>济南锦泰护理院 医养结合、设备齐全、优质服务、价格合理 长期诚聘:护理人员 电话:86067888、15688862790 地址:经十路腊山立交桥段店南路124号 济南股骨头医院院内内</p>	<p>1580元金寿养老 1580-3500元全包。空调,暖气,彩电,卫生间,淋浴,饮水机纯净水,24小时热水,饭菜30多花样轮流。2000平院子,楼下诊所,花园,12,140,26路到粟山路黄岗路。32路到蓝翔路粟山路。电话:68829489</p>
<p>颐年堂老年公寓 照护半自理、失能、失智老人 24小时监控房间 医养结合 免费试吃 招聘护工 地址:中山公园北门往北150米 电话:18560115870</p>	<p>2019-2020连续两年评为“济南市最受欢迎的养老机构”之一 市中区社会福利服务中心(悠然亭颐养中心) 五星养老 文化养老 医疗护理 康复疗养 医保定点 7天试住 地址:市中区·二环西高架桥下·腊山路16-3号 详询:88819955</p>	<p>南全福社区养老服务中心 利农社区养老服务中心 公建民营示范单位 专业医护服务 职业管理服务 社工服务 高端智能适老化管理设备 收住自理、半失能、失能长者;长期照护保险、医保定点机构 十月特惠!入住享受床位费最低 咨询电话:18668978870</p>