

摆正位置有助身心健康 PDF转换可能丢失图片或格式，建议  
阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/19/2021\\_2022\\_\\_E6\\_91\\_86\\_E6\\_AD\\_A3\\_E4\\_BD\\_8D\\_E7\\_c24\\_19540.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/19/2021_2022__E6_91_86_E6_AD_A3_E4_BD_8D_E7_c24_19540.htm) 小时候看过一部电影《创业》，讲的是开发大庆油田的故事，里边有一句台词一直让我记到现在：“人无压力轻飘飘，井无压力不喷油。”讲得太好了，用最通俗的语言说清楚了人的潜力是怎样被发掘出来的。人就像油井，没有压力，什么也创造不出来。现代生活快节奏、高密度，听得最多的一句话就是“压力太大了”。从“喷油”的角度而言，压力大是好事；但从人的身心健康角度来看，过大的压力无疑又是个危险的东西。于是，各种调节压力的行业出现了，心理咨询机构、心理诊所、大量的书籍，乃至“出气馆”、“哭吧”，都应运而生。面对压力，男人和女人的反应是不一样的。一般认为，男人像骨头，硬则硬矣，然而容易折断；女性则像是肌腱，柔中带刚，善于自我调节，似乎天生就比男人更适应面对压力。这应该说是上帝恩赐给女人的一种天然的优良素质。不过，现代女性也经常面临着一种特殊的压力。那就是来自外表与来自年龄的压力，这一点上显得比男性要严重得多。媒体上已有无数报道，说现在的女大学生、女研究生毕业找工作，除了简历和成绩单以外，很多人还附上了美丽动人的写真，而且这写真有越来越露、越来越大胆的趋势。更有甚者，求职之前要整容，调动之前要“拉皮”、注射“肉毒素”之类的美容药品。天哪！“肉毒素”，听这名字，笔者就有点不寒而栗，女同胞却趋之若鹜。试想，要不是真有压力，能这样做吗？年龄的压力更是一种普遍现象。一些成功女性不无感

慨地说，“成功是靠年轻换来的。”这话可以做多方面的理解。但事实真的如此吗？我看未必。就拿我们的媒体广告业来说，最佳业绩往往都是由中老年女性业务员创造的，据说保险业也是如此。看来，有时年龄压力也能变动力。总之，压力也好，动力也好，女性要摆正它们的位置，有助身心健康。健康最重要。100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 [www.100test.com](http://www.100test.com)