

# 爱宅家是情感惰性还是独立缺失?



赶不出门。问他为什么,他说,线上社交更安心,说是惧怕现实交往中的情感消耗和不确定性,还说他们这是一个“情感惰性”的群体。

有时,我们做家长的也在反思:如今“成家立业”的传统观念正在被重新定义,其中一部分原因,是否缘于我们在孩子成年后仍然给予全方位的照顾——负担他们的生活开支、包办家务,甚至替他们做决定?这种“把成人当孩子养”的抚养方式,虽是出于爱,但是否也在无形中剥夺了他们独立解决问题、承担责任的机会?会不会因此让他们失去走向社会、建立亲密关系所需的勇气和勇气?作为家长,我们该怎么做?

一位母亲的倾诉:前几天我和几个朋友一起吃饭,谈起孩子,我们真的是满心忧虑:现在的年轻人,放长假在家,房门不出,整天就窝在家里刷手机,也不社交了。

我儿子就是这样,一到周末,或者是放长假,天天都宅在家里,不出门,也没有应酬,这么大年纪,也不谈恋爱,长得一表人才,工作也像模像样,可是怎么就是喜欢呆家里,赶都

●厦门市仙岳医院心理治疗师汪燕芳:

从字里行间能感受到您对孩子无微不至的关爱,也看到了您面对孩子问题时深刻的自我反思,作为家长能同时做到这两点实属不易。您所描述的孩子现状并非个例,而是社会发展、家庭与个体心理多因素交织下产生的普遍现象。

从社会发展角度看,当代青年的生存环境面临着前所未有的挑战,现实、工作压力带来的疲惫不堪感会导致他们在其他方面更不愿意投入更多的精力。特别是在情感方面,有时候不一定是他们“不愿意”,而是“没有办法”。

从家庭因素看,您分析得很精准,孩子成年后仍然给予全方位的照顾只会剥夺他们独立面对问题的能力。包括他现在面临的这个困境,似乎我们也还是在替他担心、帮忙想办法。父母的担心本身没问题,但是过度关注可能会适得其反,限制孩子独立性的发展。

从心理学角度看,成年早期个体的心理发展特点会让他们在面对社交问题时,更容易产生矛盾情感体验:一方面,他们渴望建

立恋爱、婚姻这类稳定且有深度的亲密关系;另一方面,又会因为害怕被拒绝、被否定而选择回避社交。为了能够同时满足社交需求和回避现实社交带来的不确定性,很多青年选择了线上社交这种可控、低风险的互动模式。这既是一种折中方案,对他们来说也是心理舒适区。

综上,“情感惰性”其实是当代青年对心理舒适区依赖的综合表现。或许他们也考虑走出舒适区,但总会被“没准备好”“没时间”等顾虑绊住脚步。如果您感觉能为孩子做的事情越来越有限了,反而是到了孩子需要靠自己解决问题的关键时刻,我们不妨顺势“退位”,他们的难题只能交给他们自己。

改变往往是和成长绑定在一起的,不会一蹴而就,正如孩子的“情感惰性”也非在一日内形成。既然孩子“一表人才”“像模像样”,就请多给他一些耐心和信心,积极关注细微的变化,帮助他完成成长的蜕变。

导报记者 林少蓉  
通讯员 陈达捷

## 又快又好又省钱 康复体验再升级

厦大附属中山医院启动“加速康复外科与营养示范医院”建设

导报讯(记者 林少蓉 通讯员 石青青 王烨)1月28日下午,在美丽的筲箕湖畔,厦门大学附属中山医院启动“加速康复外科与营养示范医院”建设,标志着该院在加速康复外科(ERAS)发展道路上迈出关键一步,进一步提升医疗服务质量与患者康复体验。

启动仪式邀请到国内加速康复外科领域著名专家、中国医药教育协会加速康复外科专业委员会主任委员江志伟教授出席并授课。江教授结合典型案例,分享了一线实践经验,为医院深入开展加速康复外科与营养支持工作提供了重要临床参考。

尹震宇院长在启动仪式上表示,医院全面推行加快康复外科与营养支持模式,涵盖术前心理疏导、术中精细操作、术后镇痛与全程营养支持等环节,整合护理与康复资源,旨在让手术患者实现“又快又好又省钱”的康复目标。

该院党委书记林勤指出,医院将以此次启动为契机,真正实现“以患者为中心”的整合照护。

据了解,厦门大学附属中山医院开展加速康复外科工作已有20余年历史。早在2015年,院长尹震宇教授便推动了福建省外科学会加速康复外科学组的成立,每年举办学术会议,积极推广加速康复理念。至今,医院已形成多学科协作的成熟模式,为本次示范医院建设奠定了坚实基础。

## 厦大翔安医院 “互联网+护理服务”再添6项新项目

导报讯(记者 林少蓉 通讯员 黄浩)为更好服务家中有特殊护理需求的市民,近日,厦门大学医学中心(厦大翔安医院)“互联网+护理服务”再次升级,在原有胃管护理、尿管护理、普通伤口换药、PICC护理4大热门项目基础上,新增6项实用服务,让专业护理走进更多家庭,“一站式”解决居家健康难题。

此次新增的6项服务,包括中心静脉导管护理、输液港护理、动态血糖监测、会阴伤口护理、新生儿经皮胆红素测定、新生儿护理(沐浴+抚触)。

# 救兵“天降” 空中生命通道瞬时开启

厦门演练危重患者直升机空中转运救援

导报讯(记者 李方芳 通讯员 陈芷萱 文/图)当高速公路上的危重患者生命垂危,“黄金一小时”如何实现?航空医疗救援就是那条关键的“空中生命线”——它能跨越地形、突破拥堵,将远距离转运时间缩短数倍,为心梗、重伤等急症患者抢回生机,真正实现“用速度挽救生命”。

近日,在厦门市应急管理局、厦门市消防救援局的牵头主办下,四川大学华西厦门医院与东海第二救助飞行队联合开展了一场高仿真、全流程的危重车祸伤员航空转运及急诊救治应急演练。本次演练细化并规范了直升机转运患者接收流程,强化医护、后勤协同配合能力,提升危重患者从停机坪到抢救室、手术室的快速处置、转运及交接效率,确保应急状态下各环节衔接顺畅,保障患者生命安全。

演练模拟一名25岁女性在高速遭遇严重车祸,意识模糊伴多处损伤,病情危重。现场启动航空救援,直升机呼啸而至。与此同时,四川大学华西厦门医院急诊科已同步收到预警信息,启动救援程序。在医院停机坪,急诊科医护人员及后勤保障组严阵以待。



直升机平稳降落后,舱门一开,地面医护团队立即上前,与机组人员高效交接病情、生命体征及已实施的急救措施。患者被平稳转移至急救转运床,在严密监护下,经由专用电梯快速转运至急诊抢救室。

抢救室内,一切已准备就绪。患者抵达后,立即转入抢救床。急诊医生快速查体、下达医嘱。护士团队默契配合,执行迅速。急诊科主任梁谦亲现场指挥,并完成床旁重点超声评估(FAST)。演练过程紧张有序,环环相扣,充分检验了从“天”到“地”、从“院前”到“院内”的全链条应急响应与协同作战能力。

四川大学华西厦门医院常务副院长聂虎表示,华西医院在急救领域拥有深厚的历史积淀与丰富经验,其牵头成立的中国国际医疗救援队四川分队是世界卫生组织(WHO)认证的最高级别Type3标准的非军方应急救援队,充分展现了华西在应急救援方面的专业实力。华西厦门医院将把这份经验与体系扎根厦门,持续开展培训与演练,全面提升区域重大突发事件和危重症的应急救援能力。

临床医学大四学生朱彦霖在参与演练后深受触动:

“能够亲身参与华西厦门医院这场高规格的空中救援演练,我深受震撼与教育。从地面的快速评估、直升机的轰鸣转运,到院内绿色通道的瞬间开启与多学科团队的精准对接,我亲眼见证了华西救援‘平急结合、高效协同’的体系力量。”

此次演练通过全流程实战,进一步检验并优化了从院前空中转运到院内急救的多环节衔接,是华西应急救援标准在厦门落地与实践的体现。未来,医院将继续完善立体化应急救援体系,为区域安全保驾护航。

省级媒体 登报热线:0592-5140200

友情提醒:本版提供的信息仅供参考,敬请读者自行核实,刊登内容仅代表个人观点,不代表本报立场,若因此产生的一切法律纠纷与本报无关。

投资风险,入市需谨慎

**遗失声明**  
中科建设(厦门)有限公司不慎遗失财务专用章一枚,编码:3502056036986,现声明作废。

**遗失声明**  
仙游县福兴种养殖专业合作社遗失公章、私章各一枚,现声明作废。

**遗失声明**  
厦门依波渡酒店管理有限公司不慎遗失财务专用章及法人私章各一枚,现声明作废。

●本人陈臣不慎遗失上海红星美凯龙品牌管理有限公司厦门湖里分公司开具的质保金(编号:17110100203615 金额1000)收据,声明作废。

●本人陈臣不慎遗失厦门东海海天投资有限公司开具的场地押金(编号4023169 金额18553.86 编号1201262 金额2290.6 编号8005549 金额3206.84 编号5934645 金额479.32)收据,声明作废。

●兹有泉州市梓欣货运代理有限公司泉州洛江分公司不慎遗失铜质公章壹枚,编码:35050410008029,现声明作废。

●兹有惠安县庄雪贞水产摊不慎遗失光敏公章壹枚,编码:35052110031350,现声明作废。

●福州腾才科技有限公司遗失公章(编码:35011110625559)、法人罗力行私章各一枚,声明作废。

●漳州市芗城区瑞同益办公用品店不慎遗失公章一枚,声明作废。

●漳州市芗城区金瑞文具店不慎遗失公章一枚,声明作废。

●厦门优普茗汇贸易有限公司不慎遗失公章、财务章各一枚,现声明作废。

●福州王文科派机电工程有限公司遗失法人章(法人:张王林)一枚,声明作废。

●福建弘略建设工程有限公司厦门湖里分公司不慎遗失公章一枚,现声明作废。

●凯撒王朝小区业委会不慎遗失公章一枚,印章编码:3506020005236,现声明作废。

●漳州市浩宏包装有限公司不慎遗失公章一枚,编码:35060310040383,现声明作废。

●晋江市罗山街道庄云环食品商行不慎遗失铜质公章一枚,编码:35058210103369,现声明作废。

●厦门中德信贸易有限公司不慎遗失财务章一枚,现声明作废。

●厦门凤标电子商务有限公司不慎遗失财务章一枚,现声明作废。

●兹有惠安县崇武镇文羽贸易商行不慎遗失光敏公章壹枚,编码:35052110049680,现声明作废。

●林其不慎遗失记者证,证号:354880021567700136,现声明作废。

**公告**  
厦门淘装网电子商务有限公司:本委已立案受理申请人林拱宜与你公司的劳动争议案件。因你司通过其他方式无法送达,现依法向你司公告送达本委厦集劳人仲案字(2025)第3626号案件的《被申请人参加仲裁通知书》、《仲裁庭组成人员通知书》、《仲裁庭组成人员通知书》、《开庭通知书》(开庭时间:2026年3月20日上午8:30;开庭地点:厦门市集美区城毅大街1号11楼仲裁庭)、证据副本等。限你司自本公告发布之日起三十日内到本委(厦门市集美区城毅大街1号11楼)领取上述仲裁文书,逾期即视为送达。  
厦门市集美区劳动人事争议仲裁委员会

**公告**  
厦门君道健康养生有限公司:本委已立案受理申请人张青、肖美玲与你公司的劳动争议案件。因你司通过其他方式无法送达,现依法向你司公告送达本委厦集劳人仲案字(2025)第3611号案件的《被申请人参加仲裁通知书》、《仲裁庭组成人员通知书》、《仲裁庭组成人员通知书》、《开庭通知书》(开庭时间:2026年3月17日下午14:30;开庭地点:厦门市集美区城毅大街1号11楼仲裁庭)、证据副本等。限你司自本公告发布之日起三十日内到本委(厦门市集美区城毅大街1号11楼)领取上述仲裁文书,逾期即视为送达。  
厦门市集美区劳动人事争议仲裁委员会

**公告**  
厦门隆普汇建设工程有限公司:本委已立案受理申请人李志远与你公司的劳动争议案件。因你司通过其他方式无法送达,现依法向你司公告送达本委厦集劳人仲案字(2026)第70号《被申请人参加仲裁通知书》、《仲裁庭组成人员通知书》、《开庭通知书》(开庭时间:2026年3月9日上午8:30;开庭地点:厦门市集美区城毅大街1号11楼仲裁庭)、证据副本等。限你司自本公告发布之日起三十日内到本委(厦门市集美区城毅大街1号11楼)领取上述仲裁文书,逾期即视为送达。  
厦门市集美区劳动人事争议仲裁委员会

**公告**  
厦门国龙潭网络科技有限公司:本委已立案受理申请人赖雅欣与你公司的劳动争议案件。现依法向你司公告送达本委厦集劳人仲案字(2026)第70号《被申请人参加仲裁通知书》、《仲裁庭组成人员通知书》、《开庭通知书》(开庭时间:2026年3月11日8:45分在厦门市同安区环城西路99号三楼仲裁庭公开开庭审理,逾期将依法缺席审理。特此公告。  
厦门市同安区劳动人事争议仲裁委员会