

察者看台

“近八成90后规律储蓄” 体现价值选择

■王钟的

90后花钱大手大脚？据报道，近日，中国社科院等机构联合发布的90后群体价值观念报告，可能颠覆了很多人的刻板印象。报告显示，90后消费更关心性价比，关注特色和体验，78%的受访者有规律储蓄的习惯，仅有11%受访者考虑买房买车。

对“八成90后规律储蓄”感到诧异，正是个人感受与整体认识的撞击所致。实际上，90后不仅在大城市里过着小资生活的“后浪”，也可能是“感觉身体被掏空”的上班族，还可能是勤勉奋斗的小镇青年。90后最担心的事情就是被代表，因为千姿百态的他们不可能被几句话、几件事所代表。

作为在市场经济发展过程中成长起来的一代，90后的财富观念天然地与市场规律趋近，也更经得住市场波动的考验。与父辈们“摸

着石头过河”不同，90后往往对自己的成长路径有着明晰的规划，他们独立自主意识强，对机遇和风险有着理性认知。规律储蓄的习惯正是他们对财富负责任的表现，理性消费意识也体现出他们驾驭财富的能力。

话说回来，单凭一个维度的数据指标，也不能说明90后的财富观念更加保守了。比如，90后同样对信用消费持以更开放的态度，在规律储蓄的同时，他们也擅长更有效率地“花钱”。很多年轻人有意识地维持着消费与储蓄的动态平衡。事实上，这代人的储蓄也不再是把钱存在银行里，余额增值服务是基础，各类理财产品是进阶，而股票、外汇、期货等投资方式也早被不少90后玩家摸了个透。

同一份报告还显示，尽管疫情对很多行业造成影响，但43.5%

90后对未来持乐观态度，持悲观态度的仅有8.5%。如今，90后已日益成为社会财富创造与积累的中坚力量。90后对未来的信心，代表着主流社会对未来的信心；90后所认同的主流价值，是衡量整个社会的价值尺度。他们接收信息的渠道更加丰富，对中长期趋势的判断更加理性，而不会因当下的风险和挑战自乱阵脚。

90后的消费方式与储蓄习惯，也是与社会的进步、时代的变革同频共振的。当社会不再随意给90后这个群体贴标签，当围绕90后的各种刻板成见烟消云散，人们对90后的认识才更加完整和全面。人们以代际区分不同群体的特征，是因为每一代人各自成长的时代各有其显著特征。在日新月异的时代发展中，90后的灵活创新、大胆实践令人刮目相看，但他们继承和保留的传统价值观，也同样值得理解与尊重。

热点发声

“报复性锻炼”可能得不偿失

随着我国疫情防控形势持续向好，不少人迫不及待地走出家门，重拾户外运动的快乐。尤其是爱散步的中老年人，更是加大运动量，想把之前居家期间的步数“补回来”。其实，这是一种认知误区，有必要对这种“报复性锻炼”泼点冷水，提醒人们“把步数补回来”要当心得得不偿失。



1.前几个月，大家基本宅在家中，长胖了、肌肉线条变形了，运动成为一种补偿性需求。可经验表明，很多人运动热情很高，但对运动规律缺乏科学认知，难免要陷入“报复性”运动的模式。要么进了体育馆长时间不舍得出来，要么加大训练量开启高强度，恨不得把几个月失去的锻炼时间一下子补回来。而报复性锻炼非但不能达到锻炼身体的目的，反而会造成不必要的伤害，得不偿失。

专家也表示，“不管哪个年龄阶段的人、身体健康与否，长时间的运动量减少后人的心肺功能和基础代谢能力都会下降，这些功能的下降就会导致供氧能力减弱，耐力和体力会不如从前。”因此可以首先选择从中低强度的有氧运动，如散步、慢跑、骑自行车以及全身肌肉参与的健身操等，或选择娱乐性球类运动，如乒乓球、羽毛球等开始。每次锻炼的时间也要适度控制，根据自身状况慢慢增加。——评论员 贾亮

2.何为运动“适量”？由于每个人的身体条件不同，其对“适量”的标准与感觉也不尽相同。总的原则是要让运动负荷量不超过人体的承受能力，运动过后自我感觉舒服、不疲惫，不会造成过度疲劳或者气喘吁吁。诚如“过犹不及”的道理，健康锻炼也需要把握好“度”。以走路和跑步为例，速度太慢或步数太少起不到健身作用；速度过快或强度过大，却极易发生运动伤害，严重者可影响到运动功能恢复，甚至带来永久性残疾，即使损伤较轻，也有可能形成慢性损伤。鉴于不少老年人患有不同疾病，参与户外运动时更需倾听身体的声音，别盲目地跟风、攀比、逞强，让徒步行走既走出数量、更走出质量，走向健康长寿。——评论员 张玉胜

有话就说

疫情下的大学更要坚守人文精神

■刘天放

日前，在北京大学举办的“疫情重袭后的全球治理”理论研讨会上，北大校长郝平表示，大学在危机时刻更要坚守人文精神，坚持以人民为中心，落实好立德树人根本任务。

的确，在疫情下全球各行各业都受到了严重冲击，而作为先进思想的发源地之一，大学就该勇于变革，不断满足疫情下对教学、科研以及其他育人使命的要求。

“致天下之治者在人才，成天下之才者在教化。”疫情面前，高校在教学、科研、就业等方面都遇到了前所未有的挑战。面对压力，必须勇于创新 and 变革，变压力为动力，如此才能发挥引领作用，保质

保量完成各项工作。

例如，如何借疫情这个机会提高在线教学质量，探索一条切实可行的在线教育之路，就是摆在高校面前的一个课题。这不仅需要教师跟上时代的步伐，把传统课堂应用的教学方法与在线教育结合起来，还要培养学生学习的自律性，以适应网络教学。此外，如何使在线教育的质量和公平最大化，都是值得探讨的课题。

疫情防控离不开科技的支撑，大学需要贡献出科研成果。唯有弘扬科学精神，脚踏实地地分析和解决面临的科研难题，才能对疫情防控做出高校的贡献。疫情下出现的新情况和新问题，也是高校大显身

手的时候，面对疫情，既是挑战也是机遇，大学需要在科研上做出样子。

而且，大学作为一个开放包容之地，需要靠合作达到共赢，还要充分发挥智库的作用，努力为推动国家治理，为有效应对挑战提供更多新动能。这不仅要与国内开展合作，还要有全球视野，扩宽国际合作渠道，培养全面型人才，共同应对疫情。秉持人类社会命运共同体的理念，共建地球美丽家园。

可见，疫情面前，大学当有所作为，而且应当主动有为。这既是时代赋予的使命，也是大学应有的职责和担当。对此，高校要因势利导，不负使命，砥砺前行，奋力交出优异答卷。

热点漫评

少一些“为你好”式管教

■王梓佩

近日，有网友发帖称自己穿吊带裙进入地铁时被拦下，质疑工作人员说“衣衫不整不允许进地铁”的合理性，引发争议。地铁方随后公开表示，让她加衣是怕她感冒。

乘客可以穿吊带裙搭乘地铁吗？《杭州地铁乘客守则》中，与此相关的规定是第十四条，“禁止赤脚、赤膊、醉酒者、烈性传染病患者或健康状况危及他人安全者进站、乘车”。

《现代汉语词典》将赤膊定义为——作动词讲，是赤裸着胳膊，也指光着上身；作名词讲，是光着的上身，如“打着赤膊干活”，即光着上身干活。由此看来，赤膊虽然有赤裸胳膊之意，但偏重于赤裸上半身。如果禁止的是赤裸胳膊，也该同理对腿部布料覆盖长度作出规定。

回到事件本身，人们争论的焦

点无外乎穿吊带裙是否属于“衣衫不整”。不同的人对着装款式接受程度有区别，认识转变发展需要过程。同时，必须提醒一些人，他人衣着暴露与否不是你自控能力低下的借口。以“防骚扰”的名义要求女性少暴露，是将男性管好自己的责任无端转嫁到女性身上。

正因如此，地铁工作人员在没有规定或者规定含糊的情况下阻止穿吊带裙的人进入，还要打着“怕她感冒”的旗号，就显得有些心虚外带伪善——想管，又担心被批评思想僵化保守，于是不惜化身“家



长”，命令已然成人的“孩子”添衣。

其实，真要是担心乘客因内外温差太大而感冒，不妨把地铁温度适当调高，这样还能减少能耗。或者效仿一些城市，为不同地铁车厢设置不同温度，提供人性化的服务，而非推行“为你好”式的管教。

说道说道

1.厦门鼓浪屿餐饮民宿陆续开放，游客旅游热情高涨；武汉东湖迎来八方游客，景区商店销售业绩猛增；颐和园、北京动物园等景区实行预约购票分流入园……一边是游客们旅游热情日趋高涨，另一边则是旅游产品更重品质趋于多元。今年的五一出行折射出旅游行业的新变化，更指向旅游行业的发展新方向。

出游选择多了，设施要跟上。经此疫情，人们更加迫切地寻求户外休憩的好去处。这恰恰呼唤各地政府应拓宽思路，就地取材，多为老百姓建设、改造适合节假日休息的城市绿地。不仅要增增量，也应提升质量，假日期间一些老百姓反映，城市绿地的设施存在缺乏休息凳、座椅脏没人打理，周边交通饮食不配套等问题。随着人们把目光转向更多这些城市绿地，各地也要回应需求，完善配套基础设施，提供管理维护服务，唯有这样才能让美景既能引得来人，也能留得住人。经过疫情的洗礼，人们对旅游出行有了不一样的认识，对旅游的品质也有了更高的要求。各地旅游部门唯有顺势而为，回应关切，才能在新一轮旅游发展中抢占先机。——评论员 伏特

2.近日，有媒体报道了“小鹿情感”平台乱局。记者调查发现，在“小鹿情感”APP平台上，有些入驻情感团队或者公司的所谓情感导师，设置话术甚至骗局忽悠学员缴纳高额费用。此外，部分导师提供的教程和情感指导中，包括发布虚假身份及假朋友圈状态来吸引异性关注，具有典型的PUA不良特征，有些学习资料中，甚至充斥涉黄内容。

PUA，意为“搭讪艺术家”，通俗点说就是通过各种手段方法，让一个人对另一个人死心塌地。公开资料显示，“小鹿情感”近年来已获多轮融资，估值过亿。从其发展势头也能看出，当代社会的情感需求是巨大的。然而，情感的真需求岂容“假”甚至“黄”来裹挟？相关行业及平台亟须规范化发展。首先，要畅通投诉渠道，加大对违规平台及从业者的惩处力度；其次，平台应搭建好信用评价系统，履行好监管责任；最后，要规范从业者资质，并加大对相关人才的培养力度。——评论员 胡俊