

科技期刊青年编辑应当提升正能量

卢妙清

《肇庆学院学报》编辑部,526061,广东肇庆

摘要 由于科技期刊编辑工作的特点,青年编辑容易产生倦怠、消沉等不良情绪。可通过学会吃苦,注重贡献;制定目标,渴望进步;倡导激情,科学生活;调整心态,强健体魄等途径来全面激发青年编辑的正能量,使其以饱满的精神状态投入生活和工作,从而促进科技期刊事业更好更快的发展。

关键词 科技期刊;青年编辑;正能量;途径

Young editors of sci-tech journals should upgrade positive energy//LU Miaqing

Abstract Due to the subjective and objective disturbance, young editors of sci-tech journals are more likely to have negative emotions of lassitude and depression. There are some ways to upgrade their positive energy, such as: learning to endure hardship and focusing on contribution; setting goals and seeking for progress; advocating passion and enjoying colorful life; having a good state of mind and keeping healthy. By these ways, young editors can make their life and job full of mental state investment, and promote the better and faster development of sci-tech journals.

Keywords sci-tech journal; young editor; positive energy; solution
Author's address Editorial Department of the Journal of Zhaoqing University, 526061, Zhaoqing, Guangdong, China

正能量本是物理学名词,其流行源于英国心理学家理查德·怀斯曼的专著《正能量》,其中将人体比作一个能量场,通过激发内在潜能,可以使人表现出一个新的自我,从而更加自信、更加充满活力;所以,正能量指的是一切予人向上和希望,促使人不断追求,让生活变得圆满幸福的动力和感情^[1]。人的内心既隐藏着自信、豁达、愉悦、进取等正性能量,又暗含着自私、猜疑、沮丧、消沉等负性能量,二者此消彼长。当正性能量不断被激发时,负面情绪会逐渐被取代,所以,青年编辑应重视用积极的心态调整自己,引导自己远离消极。由于科技期刊编辑工作的性质和特点,一些青年编辑看不到前景和发展方向,容易产生退缩、逃避、消沉等消极心态。这无论是对青年编辑个人的发展,还是对科技期刊的正常运转都非常不利,所以,提升青年编辑的正能量有着强烈的必要性。

1 提升正能量的必要性

1.1 妨碍正能量提升的客观因素 科技期刊编辑工

作有其不可取代的社会意义和社会价值;但日复一日、年复一年的伏案工作会使人产生审美疲劳和职业倦怠等不良情绪,尤其是刚入行的青年编辑对此难以适应,难以做长做久,容易打退堂鼓。这主要有以下原因。

1)工作的内隐性。表现在2方面。一是科技期刊编辑部人员少,平时大家各编各的稿件,与外界少有联系;接触的主要是为数不多的作者,接触面相对较窄,经年累月与抽象的概念,枯燥的表述,一连串的符号、数字和图表打交道,工作机械呆板,常令人感到压抑和孤寂。二是一篇文稿,不管编辑付出多大心血,最终出版时署名的是作者,谁也看不到编辑背后付出了多少辛劳。所以,科技期刊编辑工作不事彰显、默默无闻。如果耐不住寂寞,坐不住板凳,实在难以胜任。

2)压力的持续性。科技期刊承担着记载、传播、交流学术成果的使命,而编辑是成果的把关人和美容师。编辑不像教师上课,一门课程讲了几十年,越讲越熟悉,他们每天面对的都是全新的稿件,都需要以饱满的精神状态投入编审中。定期出刊的压力,稿源匮乏甚至面临无米下锅的窘境,编辑加工、校对中出现的一些难以避免、防不胜防的差错等,这些都是编辑每天必须面对和承受的压力。由于学术期刊传播的长远性,一个错别字,甚至一个标点符号出错,若干年后仍然会纠缠着编辑的内心,给人带来长期的心理负担。

3)成就感的缺失。科技期刊编辑每天重复着收稿、审稿、编辑、校对,沉溺于文字、标点、符号和图表之中,琐碎、单调而乏味。青年编辑由于从业时间短,专业知识少,经验积累不足^[2],对编辑工作和出版业务缺乏了解,所接触的作者不多等劣势,一时间难以取得令人瞩目的辉煌业绩;所以,他们始终做着为别人文章锦上添花的幕后英雄,低调而平凡,缺乏大众所向往和期待的轰轰烈烈的事业成就感。

4)职业病的威胁。青年编辑的工作往往过于繁杂,常集编辑、校对、编务于一身,有时还包揽办公室杂务,难以有喘息的机会;而且当下科技期刊面临生存压力,以及一些用人单位未能顾及到青年编辑本身的特点,采取极端的“杀鸡取卵”式的用人方式,过于强调任务指标和工作量,致使青年编辑一上岗就承受着与成熟编辑相同的工作任务,工作处于饱和甚至过饱和状态^[3]。常年伏案工作和过度劳累,使很多青年编辑

* 全国高等学校文科学报研究会 2013 年编辑学研究基金一般资助课题(2013YB05)

陷入亚健康状态,甚至出现视力衰退、颈椎增生、肩周炎等职业病。

科技期刊编辑工作的内隐性、压力的持续性、成就感缺失以及职业病的困扰等,容易使人滋生厌倦、麻木、退缩等负面情绪,而焦躁、抑郁、冷漠心理是编辑策划的大敌,也是工作效率和质量的杀手^[4];所以,科技期刊编辑尤其青年编辑,必须努力充实正能量,扫去心理的灰暗面,以积极的姿态投入到工作中去。

1.2 妨碍正能量提升的主观因素 青年是人的一生中精力最旺盛、体力最充沛的阶段,勇于追求,向往成功,渴望认同。编辑工作需要干劲,更需要韧劲,需要雷厉风行,更需要润物细无声;所以,科技期刊青年编辑在主观上容易陷入以下困境。

1) 职业倦怠。从职业角度分析,学术期刊编辑、记者职业倦怠率为38.30%^[5],按照职业倦怠程度从高往低排,编辑跻身前10名^[6]。可见编辑职业倦怠现象的普遍性和严重性,其最明显的表现就是对工作缺乏热情,缺乏进取心和开拓意识,这势必造成工作效率和工作质量下降。

2) 焦虑综合征。在期刊市场化和改革以及角色职责、个人职业发展等综合压力的作用下^[7],青年编辑容易患上焦虑综合征,表现为心情焦虑,心态浮躁,不能承受挫折和失败,缺乏恒心、毅力和忍耐力^[8]。这些对编辑个人身心的健康和期刊的发展都会带来不可低估的负面影响。

3) 惰性心理。科技期刊编辑工作相对固定的工作流程和缺少变化的特点,使人主观上会滋生一种安于现状的惰性心理。在工作上具体表现为不想改变老做法、老方式的倾向,办事拖拉、推延,缺乏主动性和创新性。可见,在高度重视质量和极力提倡创新的今天,惰性心理是我们必须坚决克服的一大顽疾。

青年编辑是科技期刊乃至整个出版业队伍中的生力军,是出版业承前启后的接班人,关系着科技期刊事业和出版业的发展前景,其重要性不言而喻;所以,必须充分激发其正能量,点燃其希望,使其以主人翁的姿态积极、自信地面对生活和工作。

2 提升正能量的途径

2.1 学会吃苦,注重贡献

1) 力所能及地多为集体做事。青年编辑应先学会吃苦,学会付出,从接电话、跑腿这些事情做起,不断积累,不断总结,才能成长为一名优秀的编辑。笔者进入编辑部的第1年,集编务、订阅、发行和编辑于一身,下班后还要挤时间学习出版专业基础知识和出版专业实务等课程,以参加出版专业职业资格考试(中级)。

面对工作的繁杂和考试的压力,内心也曾一度彷徨和迷惑;但同事们浓厚的服务意识和老一辈编辑几十年如一日不厌其烦认真对待每一个字符的工作精神深深地感染并触动了笔者:能够付出、能够给予的人才是最富有的,才是最幸福的;一个人的价值在于为他人、为社会作了多少贡献,而非自己得到了多少。

2) 设身处地地多为他人着想。编辑本来就是一群热情地献身于工作,富于爱心的专业人士,始终全力以赴地协助作者找到最有效的方式来表达他们想表达思想和科学内容,以求最大限度地触动读者。作者希望早日看到自己的文稿完美无误地发表,读者希望按时按量收到刊物,同事间希望各项工作都能得到彼此积极主动的协助和配合……如果做每件事,我们都能设身处地站在对方的角度考虑问题,动力将会更充足,事情也会进展得更顺畅。

2.2 制订目标,渴望进步 目标的制订,可以使工作更有计划,更有程序,随着一个个目标的实现,成就感也会一步步得到满足。青年编辑虽然经验不足,但具有精力充沛,思维活跃,学习能力强,可塑性好,易于掌握新技术、新观点等优势^[2];所以,青年编辑应保持一种渴望进步的心态,并致力于使这种愿望得到支持,将这种愿望付诸实践^[9]。

1) 从培训学习中求进步。笔者非常期盼和珍惜外出培训的机会,有时甚至提前预约其他编辑部的老一辈编辑同住一房,经过一个星期左右的探讨和交流,不管是做人的道理、处事的态度,还是编辑的技巧和经验以及写文章的一些方法,都会有较大的收获。

2) 争取科研上的突破。青年编辑应努力使自己的实践经验上升到理论总结的高度,以促使自己获得更大的进步。可以随时记录各种心得体会和灵感的火花,抽空整理成文,争取在《编辑学报》《中国出版》等刊物发表。积极申报并承担校级课题和中国高校科技期刊研究会课题,全面提高自身的科研能力。

3) 争取业务上的突破。从助理编辑、责任编辑到执行编辑,这些对自己都是很大的促进,鼓励自己不断向更高的目标冲刺。对于许多青年编辑来说,一个目标的实现,一次成功的收获,都能带来极大的动力,激励自己向更新、更高的目标奋进。

2.3 倡导激情,科学生活 科技期刊编辑部人员少,与外界接触不多,工作容易陷入沉闷局面;所以,青年编辑应以对生活的热情和对工作的激情来化解前行路上的坚冰,充分调动自己的积极性。

1) 激情澎湃地投入工作。如果一个编辑对自己所负责稿件质量的好坏、工作的优劣等抱着无所谓的态度,缺乏热情,是一件多么可怕的事。青年编辑富有

激情,才能高效工作,享受生活;因为激情是工作的灵魂和工作的动力。工作中巨大的奖励并非来自财富的积累和地位的提升,而是由激情带来的精神上的满足^[10],这种满足是任何物质的收获所无法比拟的。激情能够赋予我们神奇的力量去攻克一个个难关,可以让原本枯燥的生活变得多姿多彩。

2)学会科学生活。有条不紊的生活规划是提升科技期刊编辑自我效能感的重要基础。除了工作,我们还要安排好自己的日常生活,制订好假日和假期的计划,养成作息有度、劳逸结合的良好习惯,做到工作、生活两不误。生活精彩,工作才能精彩^[4]。

2.4 调整心态,强健体魄

1)保持良好心态。面对科技期刊编辑工作中的困惑和难题,青年编辑可以从发掘工作价值、寻找工作乐趣和虚心求教等方面来求得化解,多从正面的方向来考虑问题,多看到自己所拥有的一切,保持良好的心态;因为良好的心态,对于生活和工作都有着非常重要的作用。作为青年编辑,吃苦、吃亏在所难免,经常活干得最多,荣誉不一定拿得多;但年轻就是最好的资本,只要自己善于积累,创造条件,抓住机会,理想终究会实现。知之者不如好之者,好之者不如乐之者。对于编辑工作,更高的境界是爱它并享受它^[11]。

2)重视身体健康。身心是统一的,不计较,不攀比,多祝福,多感恩,心宽自然体健。同时,青年编辑在繁重的工作之余,应养成坚持锻炼的好习惯,通过打球、跑步、爬山、踩单车、逛街等方式让自己适当放松,以更充沛的精力、更饱满的激情投入到新一轮工作中去。正如陈浩元先生所提倡的:科技期刊编辑要学会科学地工作,健康地生活^[12]。

3 结束语

情绪与行为之间是相互影响的,一种健康的情绪不仅能影响我们的工作,更能直接、有力地影响我们的

身心,催生不同的力量^[13]。作为科技期刊青年编辑,我们应努力提升内在的信任、豁达、愉悦、进取等正能量,规避自私、猜疑、沮丧、消沉等负能量,表现出积极向上、乐观进取的精神风貌,以高尚的情操、昂扬的姿态推进科技期刊编辑事业更快、更好的发展。

4 参考文献

- [1] 百度百科. 正能量[EB/OL]. (2012-12-24) [2013-08-02]. http://baike.baidu.com/link?url=90Px4wxm-7QTWJo5awoYPFdczs_2pYR41PnLi00nrvb_DCXLfBRcu3W6mqOdPQC6HaLC0jAmUcP-AR0wZRmK97f_
- [2] 高森,颜廷梅,刘瑾,等. 科技期刊青年编辑成长与培养新模式探讨[J]. 编辑学报,2010,22(1):80-82
- [3] 王欣. 制约青年编辑成长的客观因素分析[J]. 中国出版,2008(5):58-60
- [4] 丁滨. 生活精彩,工作才能精彩:18年编辑生涯感悟[J]. 编辑学报,2013,25(4):402-404
- [5] 王兆璟. 学术期刊编辑职业倦怠问题及应对策略[J]. 西北师范大学学报:自然科学版,2007,43(6):107-110
- [6] 李广宇. 走出倦怠是从容:试论编辑职业倦怠的现状、压力源解析及消解[J]. 出版发行研究,2007(3):27-30
- [7] 张冰,孙慧兰. 编辑职业高原现象探析[J]. 内蒙古大学学报:哲学社会科学版,2009,41(5):132-136
- [8] 赵丽莹,杨波,张荣丽,等. 青年编辑的职业困惑及其化解[J]. 编辑学报,2009,21(5):453-455
- [9] 毛善锋. 浅析青年编辑成长过程的层次性[J]. 编辑学报,1996(6):70-72
- [10] 陈凯元. 你在为谁工作[M]. 北京:机械工业出版社,2010:127-131
- [11] 潘伟. 享受工作,自我增值:编辑人的职场追求[J]. 编辑学报,2011,23(3):274-275
- [12] 陈浩元. 科技期刊编辑要学会科学地工作,健康地生活[EB/OL]. (2012-04-22) [2013-08-06]. <http://xuebao.sdju.edu.cn/data/chygz-3.ppt>
- [13] 怀斯曼. 正能量[M]. 李磊,译. 长沙:湖南文艺出版社,2012:19 (2013-09-17 收稿;2013-10-24 修回)

数学式中常用的正体字符有哪些?

答 依据 GB/T 3102.11—1993,数学式中常用的正体字符有:1)其值不变的数学常数 e (自然对数的底), π (圆周率), i (虚数单位, $i^2 = -1$);2)有定义的已知函数,如三角函数 \sin (正弦)、 \cot (余切)、 \sec (正割)、 \arccos (反余弦)、 arccsc (反余割,也可用 $\operatorname{arccosec}$),双曲函数 \sinh (双曲正弦)、 csch (双曲余割)、 artanh (反双曲正切),指数函数 \exp ,对数函数 \log_a (以 a 为底)、 \lg 、 \ln ,特殊函数 Γ (伽马函数)、 B (贝塔函数)、 ζ (泽塔函数), erf (误差函数);3)已定义的

算子符号,如 div (散度)、 grad (梯度)、 \square (达朗贝尔算子)、 df/dx 中的 d 、 Δx 中的 Δ (有限增量符号);4)有特殊含义的缩写词,如 \max (最大)、 \min (最小)、 Re (实部)、 Im (虚部)、 \lim (极限)、 T (转置)、 $Rt\Delta$ (直角三角形)、 ASA (角边角)等;5)5个特殊的集符号,应采用空心正体,也可用黑正体,如 \mathbf{N} (非负数整集、自然数集)、 \mathbf{Z} (整数集)、 \mathbf{Q} (有理数集)、 \mathbf{R} (实数集)、 \mathbf{C} (复数集)。

(郝远)