记者探营

记下美好瞬间 积聚精神力量

——武警重庆总队执勤某支队激励官兵成长进步的一段经历

■本报特约记者 张永清

夜色静谧，皓月当空，武警重庆总队执勤某支队开州中队列兵罗祺锋翻开笔记本，记录下当天的“美好瞬间”——“今天多做了几个引体向上，班长对我提出表扬”“分享读书体会时，战友为我鼓掌”“老班长也喜欢弹吉他，教给我一些实用技巧”……停笔凝思，他的脸上浮现一抹微笑。

“今天有哪些美好的瞬间值得留念？”近段时间，该支队很多官兵结束一天的工作训练后，都会认真思考这个问题，在日记本上记录下来。

“开展‘美好瞬间天天记’活动以来，很多官兵养成了每天总结思考的好习惯。”机关秦干事告诉记者，活动中，他们引导官兵每天记录生活和训练中“3件美好的事”，并逐一总结感悟，以此激发进取精神，引导官兵不断成长进步。

谈及活动的由来，秦干事向记者讲起这样一段经历——

去年有一次，他到基层开展新兵思想调查时，从各中队选了几名融入集体较慢的新兵进行谈心交流。

“大家觉得部队生活怎么样？”

“挺好的”“这里是个温馨的大集体”“生活很充实”……新兵的回答比较概略。

“那大家具体讲讲有哪些印象深刻的事？有哪些收获？”面对这个问题，有些新兵一时答不上来。

见此情景，秦干事便向大家讲起自己刚到中队时遭遇的种种窘境。听了他的经历，新兵慢慢敞开心扉畅所欲言，有的诉说陌生环境带来的紧张，有的坦言成绩落后比较焦虑……

随后与基层干部骨干交流时，秦干事发现，官兵普遍对消极事件的感知更敏锐、记忆更持久。比如，一些老兵也会因为家庭矛盾、考学失利、愿望落空等原因产生负面情绪。

该总队官兵在分享自己的“美好瞬间”。 邹 毅摄

对此，保卫处李干事从心理学角度分析认为，很多人都有一种“负面偏好”，倾向于关注负面信息来规避风险。外部环境的刺激，加上个人心理调节能力不足，可能使各种负面情绪叠加，具体外化表现为新同志的“水土不服”，老同志的“不在状态”。对于此类问题，突击式的教育疏导往往很难立即收效。

这个问题写入调研报告后，引起该总队领导重视：“除了营造良好环境氛围，也要从提升官兵的心理调节能力入手，将他们的注意力转移到积极正向的事情上，通过感知正能量来实现自我疏导。”

经过一番探索，他们研究决定，广泛开展“美好瞬间天天记”活动。由于活动新颖，很快受到基层官兵欢迎。

一次，某特战中队小队长吴雅林报名参加武警部队组织的特战比武。但备战的劳累、训练的伤痛，加上炎热的天气，让他感到压力重重。

活动中，吴雅林尝试在训练之余关注身边的美好瞬间。“战友集智帮我攻克了一个训练难关”“新课目训练成绩比昨天又有进步”“女友发来视频为我加油鼓劲”……一件件温馨的小事，犹如一道道穿透乌云的阳光，让他心里感到温暖。

很快，吴雅林变得更加积极向上，每天都觉得充满干劲，带领队员战高温、斗酷暑，不断锤炼技战术。最终，他在高手云集的比武赛场脱颖而出，被表彰为“全能特战精兵”，并荣立个人二等功。

“当时担心他背包袱，本想多找他谈心，没想到他在活动中慢慢实现了自我调节。”谈及这段经历，该中队曾指导员感言，记住几件美好的事，不仅操作简单、反馈及时，激励效果也更加直观。

“‘美好的事’不在大小，‘3件’也不是硬指标，关键在于让官兵养成每天复盘总结的好习惯，强化积极正向的自我调节能力。”该总队领导介绍，他们还进一步丰富活动内容和形式，配合开展简短的主题分享会、“身边战友我点赞”等活动，在交流分享中传递正能量，加深战友情谊，密切内部关系。

有美术特长的列兵小王刚下连时，觉得生活枯燥、训练辛苦。一次训练，他找了个理由躲进学习室画画，被班长发现后受到严肃批评。之后，他变得情绪低落，工作训练总提不起劲头。

一次“我的美好瞬间”主题分享会上，战友的分享让小王心头一颤。“小王为我画的漫画很传神，我很喜欢”“小王带我一起设计的板报，受到了指导员表扬”“这段时间，在小王的照顾下，我的伤病恢复得很快”……

“原来，战友很多‘美好瞬间’都与我有关！”受到鼓励的小王调节情绪，重新振奋精神，在工作训练中努力表现，很快走出了低谷。

积攒“小美好”，汇聚“心能量”。“别小看这一件件小事，它们带来的幸福感、成就感，在感悟中被放大，在传递中得到升华，为官兵攻坚克难、拼搏奋斗增添了助力，也增强了集体的凝聚力和战斗力。”一位总队领导告诉记者，前不久，各单位组织季度训练考核，官兵们敢打硬拼、携手奋进，刷新了多个课目纪录。

新闻前哨

军装更合体 新兵喜开颜

■解西朋 本报特约记者 李映虹

西北某地，火箭军某基地新兵连一场单兵战术考核拉开帷幕，新兵王子辰动作标准快速，最终夺魁，获评“每周训练之星”。

“有了合身的作训服，做动作没了掣肘，既轻松又流畅！”走下训练场，王子辰很是欣喜。

“被装是否适体合身，对于处于适应期的新战友来说很重要。”新训班长朱坤佑说，军装不合身，不仅会影响新兵个人形象，还可能影响到训练动作等。

该团被装保障分队在新兵营调研发现，个别新兵军装不合体的原因，多为身体测量数据不规范、根据便装型号盲目上报、新训期间体重变化大等。

“当时想尽快为新战友调换，但个别型号库房也没有存货。还有的同志不想给连队添麻烦，衣服不合身索性将就着穿了。”新兵营党连长说，新兵入营前通常只发一套现季军装，大部分被装物资需等新兵营采集数据后，传送至被装仓库配齐。

为解决这类问题，提升被装合体率，该团研究推出“前方量体+后方配型+快速前送”的“一站式”被装保障服务：由保障分队结合数据采集这一时机，主动上门为新兵量体；区分无号型和分号型被装，后方快速清点配型，分批前送供应。为确保被装种类数量齐全，他们还加强与被装融合仓库的协同，及时做好调拨补充。

记者在被装仓库看到，保障官兵正根据回传数据，对库存物资数量进行梳理，组织各小组紧急备货。发现缺货被装后他们及时上报，联系后方厂家尽快调号补货，并由厂家直接发送至新兵营，保障效能得到明显提升。

新兵下连后，体重短时间内变化大，又该如何调换？

“这其实是很多新战友都会遇到的困惑。”被装管理员赵凯向记者介绍，在做好内部调换的基础上，被装保障分队还特意在新兵营设立临时被装调换站，调换现场有试衣间，如不合身可当场调换。他们还建立完善持续跟踪保障机制，与各单位进行联合保障，较好解决了新被装调换慢等问题。

新兵张磊入伍前体重较大，入伍后由于作息规律、训练扎实，短期内减重近10公斤，军装变得不再合身。后来，他及时带着被装前往临时调换站进行了调换。“这次新军装很合身，做一些高难度战术动作没问题。”张磊对提高训练成绩更有信心。

精准保障添战力。连日来，该团新兵士气高昂、训练积极，训练考核优良率有明显提升。

我从“主讲”变“主持”

■第83集团军某旅某连指导员 刘义飞

带兵人手记

“承父辈之志，踏报国征途。今后我会努力像颗螺丝钉一样铆在战位上，用行动诠释担当、用实干书写青春！”一次教育课上，新兵王东立的分享赢得了战友们的掌声。看到课堂上的生动场面，我作为主持人很感慨。

记得初任连队指导员时，旅队组织了一次“赓续红色血脉、矢志奋斗强军”专题教育。为了备好亮相“第一课”，我认真准备素材、制作课件、设计环节。然而授课时，我在台上讲得眉飞色舞，但课堂气氛却有些沉闷。

精心准备的课反响平平，问题出在哪？谈心调研时，战士小吴坦言：“您引经据典，列举的事例虽让人很受触动，但大家私下交流时都感觉很难做到。”

针对问题，我组织了一次议教会，请全连骨干集思广益，研究提升经常性思想教育质效的管用招法。理论骨干徐书磊建议：“现在的战士文化水平高、能力素质高，不愿听干巴巴的大道理，其中不少人表达能力强，想登台也敢登台，可以经常发动身边人讲身边事，让课堂内容可触可感可学。”

经过认真思考，我决定改进授课内容和形式，备课时先围绕主题确定思路、提炼观点，然后发动官兵挖掘身边事例，让课堂更接地气；加强课堂互动，鼓励战士主动报名授课，由干部骨干组成“助教小组”，帮助登台授课的战士明确思路、传授经验，课后进行总结反思。

一次授课，我围绕“奋斗的青春”主题同大家互动，下士邵柏明主动举手发言。他结合自身经历向大家阐释“青春由磨砺而出彩”的深刻含义，激活了课堂气氛。而我也由“主讲”变为“主持”，顺势邀请更多官兵上台分享感悟。

“邵柏明苦练体能，取得某双杠课目全旅第一的好成绩，而我有时却图舒适降低训练标准……”战士小闻平日里活泼好动，但一上教育课就当“低头族”。这次课堂上，他主动揭短反思，课后还找我请缨“登台一试”。

我感到，将话筒交给官兵，让他们站上“C位”，可以将“一人讲”和“大家谈”结合起来，让“你的观点”和“我的想法”进行碰撞，这样不仅气氛活跃了，大家对理论要点的感悟也更深了。

经过一段时间观察，我发现，上台讲过课的官兵，在课后普遍更加注重自身言行，提高自我要求。

人人能登台，课课有互动。随着越来越多的官兵主动走到台前，讲述身边故事、分享成长经历、交流体会感悟，教育课堂气氛更加活跃，连队的凝聚力向心力也不断增强。前不久，连队在旅队组织的群众性练兵比武和按纲抓建考评中，均获得第一名。

（陶 然整理）

前不久，空军某场站开展夜间排弹抢修训练。图为官兵进行路面抢修。 陈 云摄

近日，武警四川总队南充支队组织擒敌对抗训练。 周迪夷摄

别把战友看“扁”了

■新疆军区某团指挥通信连班长 李万霞

兵说兵事 中国新闻名专栏

中士樊雪梅在上级报务专业比武中夺得第一，下士曾梦霞考取装甲车辆驾驶员三级等级，下士黄银虹在师“创破纪录比武”中夺得400米障碍第二名……今年野外驻训以来，班里战友喜讯连连，我由衷为她们感到骄傲和自豪。

此前有段时间，我因抱有一些偏见，对班里战友有些信心不足。

那年，部队接到奔赴高原驻训的任务。“女兵上不上？”连队征求我意见时，作为全班唯一上过高原的女兵，我感到，驻训地平均海拔较高，空气氧含量不足，常年风沙肆虐，紫外线强烈。班里战友虽然总体训练成绩不错，但有的身体底子比较弱，一旦上了高原，有可能“掉链子”，甚至拖连队后腿。

权衡思考后，我向连队提出了“不上”的建议。

得知我的建议，班里战友反应很强烈，她们不仅找我表明决心，还联名向连队党支部递交了“请战书”。“既然选择当兵，就做好了吃苦的准备”“女兵首先是一名军人，不需要特殊照顾”……字里行间，流露出不服输的劲头。

当时，团里正在组织班长骨干能力培训。时任指导员王悦汇报相关情况后，组织培训负责人趁热打铁，进行了一次群众性讨论。

“班长带兵不能先入为主，对待战友要充分信任、多加鼓励，不能仅凭主观判断和过往经验给大家‘贴标签’，更不能小看每一名战友，把战友看‘扁’了。”“带兵要允许每个人成长的路上有不一样的风景……”经过讨论辨析，大家的思想认识更加统一。

听了大家的发言，我也进行了深刻反思，并向连队主官表示：“我能做到的，相信她们也能做到！”

最终，我带着全班一起奔赴高原。

初上高原，大家虽因高原反应身体难受，但没有人退缩，坚持搭帐篷、建场地。在这片“地上不长草、风吹石头跑”的驻训地，大家经常背着沉重物资进行拉练，驾驶通信车机动转场执行任务，变得愈发坚韧顽强。一次重要训练，我们顶着高原反应连续奋战几昼夜，没有一人掉队，圆满完成上级赋予的任务。

“少一些成见，多一些沟通；少一点越俎代庖，多一些换位思考。”这段经历让我很受触动，再开展工作时更加注重倾听大家的意见和感受，把“关爱有度、善于沟通、尊重隐私、敢于放手”的理念贯穿其中。去年底，因班里整体表现优秀，我被上级表彰为优秀班长。

（王超杰、本报特约通讯员赵治国整理）