

文职达人

编者 的话

在教学科研、卫勤保障、国防动员等许多岗位上，文职人员担当重任；在训练演习、作战支援、抢险救灾等重大任务中，文职人员作用凸显……

他们的成长经历和心路历程。新时代部队练兵备战使命任务的深刻变化，对一线部队心理卫生服务工作提出了更高要求。

深入一线，方能把握脉搏

讲述人 空军西安飞行学院政治与心理教研室文职人员 盖婷妍

“飞行时飞机可以负重，但咱们的心态可不能负重。”近期，我带教的一批飞行学员即将离开学院，前往部队开展下一阶段学习，临行前我这样叮嘱他们。

从咨询室等电话、做测评，到赴一线与官兵面对面、心贴心，在领导同事的引导帮助下，我学会了如何把心理工作做到任务一线——突出飞行员这个重点，结合不同训练阶段、担负任务课题和官兵类别层级，展开心理评估、心理疏导和心理恢复等工作。

集掌握飞行员在不同阶段的心理需求。跟训过程中，我发现随着实战化训练深入推进，飞行员在一些高难课目训练中会面临较大的心理压力，但有的尚未掌握科学系统的心理训练方法。

的行为表现，通过分析训练效果的变化来把握飞行员的心理波动和思想状况，并利用休息时间积极沟通交流。磨刀不误砍柴工。最终，我收集掌握大量一手资料，着眼高难课目训练中飞行员心理变化的特点规律，调整细化了训练方案。

们调整心理状态、提高训练效率。这段经历让我收获很多，飞行员的坚定执着、英勇无畏也感染着我，让我对飞行心理教学的热情和兴趣更深了。近几天，我多次深入任务一线，为不同机型的飞行员提供个性化心理服务。

科技赋能，仍需以心暖心

讲述人 第73集团军某旅文职人员 孙雅妮

近年来，随着观念更新、技术发展，部队对心理卫生服务工作的重视程度不断提高，越来越多单位配备了减压调舱舱、团体沙盘室、心理训练箱等心理工作专用设备。

心理咨询，但在调研中，有官兵明显对量表测试心存抵触，甚至会故意选择“一般性答案”，导致问题隐患难以被发现。我感到，这些问题很难仅靠技术手段解决，心理工作者要注重以心换心、以心暖心。

官兵的心门。“怎么办？”有一次，我看到上等兵小刘在微信状态栏写下这样一句话。本着“宁愿多想、不愿错过”的原则，我开始留意小刘的日常举止。

欲不振等问题。越亲近、越在乎，有时反而更难表达真实想法。工作中，我着重进行情绪“过滤”，一边让小刘母亲了解小刘的实际情况，说清“关心则乱”的道理。

训任务实际为官兵调节心理状态。有一次，旅队组织直升机海上实弹射击训练，某连提前进驻小岛担负靶机飞行任务。由于岛上环境艰苦、蚊虫成群，加上训练任务繁重，官兵承受着巨大心理压力，士气受到一定影响。

延伸镜头

主动聊天是“金钥匙”

王 微

小雨过后，黔中山间空气清新。伴着武警贵州总队机动支队官兵的热烈掌声，支队心理医生、文职人员祝茜编导的心理剧圆满落幕。

作的接受度不高，有些甚至认为看心理医生是意志不坚定的表现。了解情况后，祝茜转变了工作思路和方法。她主动出击，常态开展调研谈话。

影。时间长了，官兵心态发生了转变，愿意和祝茜一起走一走、聊一聊，心理诊室也迎来一些官兵咨询。打开局面后，祝茜没有丢掉主动聊天谈心这个“金钥匙”。一次，祝茜

在训练场看到战士小罗射击训练成绩不错，就在训练间隙与小罗聊起来。“你枪法很好，应该参加过不少比武吧！”虽然平时训练效果还不错，但不知为什么，我每次一上比武场就紧张，

多次掉链子……”祝茜敏锐地意识到，这种情况多次出现，可能与战士心理素质不过硬有关。随后，祝茜深入训练场开展研究，组织战士进行射击心理训练。



岗位需要什么就考什么

本报记者 李扬扬

前不久，新疆军区某部组织专业技能岗位文职人员面试。上图：焊工岗位考生进行实操。右图：面试全程进行录音录像。



“计时开始。”前不久，新疆军区某部组织专业技能岗位文职人员面试。听到考官指令，一名报考焊工岗位的考生把铝板切开并焊成一个正方体。

机全程录像，并公布咨询投诉电话，接受考生监督。报考履带底盘维修岗位的一名考生，抽到的实操题是测量坦克履带间的松紧程度。虽然没有接触过军用装备，但可以迁移运用挖掘机专业相关知识来解答。

世界献血者日

编者按 6月14日是世界献血者日。多年来，人民军队秉持全心全意为人民服务的根本宗旨，广泛开展无偿献血活动，彰显了军队人员心系群众、奉献社会的高尚品德。



一大早，武警浙江总队宣传处文职人员田聪聪就投入到拟制某文件的紧张工作中。此时手机响起，驻地红十字会发来了领奖通知，但他无暇顾及——总队“三会一好”优秀政治教员比武活动在即，负责相关保障工作的他有些抽不开身。

来自贵州遵义的田聪聪，在红色文化滋养中成长，形成了乐于助人、乐于奉献的品格。18岁生日时，他完成了首次无偿献血，此后多年，他累计献血几十次，献血量上万毫升，还加入了中国造血干细胞捐献者资料库。

「奉献是真诚自愿的付出」

周益人

那年夏天，田聪聪通过文职招考成为武警浙江总队宣传干事。正式报到前，他接到一个特殊来电——一名红十字会工作人员告诉他，有位患血液病的6岁女童与他配型成功，如果他愿意捐献造血干细胞，就很可能挽救这名女童的生命。“我愿意捐献。”田聪聪毫不犹豫地回答。

直击面试现场