

基层调研报告

帮新兵迈过“焦虑”这道坎

——来自武警青海总队新兵团的调研报告②

■本报特约记者 郭紫阳

春季新训的号角已经吹响，记者在武警青海总队新兵团蹲点采访时，却捕捉到一种与热火朝天的训练场不太一样的情绪——有些新兵尚未正式融入军营，心中便已压上几块沉甸甸的石头：对手榴弹实投的担心、对步枪实射的忐忑、对分配去向的迷茫……各种各样的担心焦虑，成了新兵和带兵人需共同面对的一道特殊考题。

训练间隙，操场一角传来几个新兵小心的交谈。“听说实投拉环后必须死死攥住簧片，可万一脱手呢？”“我表哥当过兵，说第一次打枪，耳朵响了好几天，肩膀都酸痛了。”“我要去的支队常年驻守在海拔4000多米的青藏线，据说缺氧特别难受”……循声望去，记者不由暗想：才穿上军装没几天，一些课目的教案还没发，分配更是几个月后的事，新兵们的焦虑从何而来？

采访交流中，记者发现，这种现象在历届新兵中都普遍：没摸过实弹，不清楚拉环的力度和投掷瞬间的真实感受；没听过真枪，不知道射击声音到底多震撼，后坐力多大；即使明确了去向，对单位驻地环境、任务节奏也很担忧。对一些新兵来说，焦虑的根源是“未知”——这些“不确定”，容易被想象和道听途说“填”满。

“单杠拉不上去，多练几组就行。可帮新兵过心理关，得靠多沟通，弄清楚他们到底担心什么，再慢慢疏导。”某班班长刘雨迪说，这对骨干也是考验，“有的骨干当年自己没怎么焦虑过，理解不了新兵的怕；有的班长知道新兵慌，却不知道该怎么引导，只能干着急，甚至产生‘把这批带完就解脱了’的心态。”

面对新兵的焦虑，干部骨干们也有各自见解。某班班长魏扬主张先不讲：“训练才刚开始，提那些不是添乱吗？



把基础打牢，动作练到位，真到了那一步，他们自然就不怕了。”某中队指导员李志远则认为一味回避行不通：“你不提，他们就不想吗？私下会打听，会上网查，各种信息汇聚后，他们反而更慌。不如把话说明白，把流程和安全措施讲透，心中有底自然不慌。”

中队队长张毅综合了两方观点：“关键在于如何引导。一上来就渲染艰苦危险，只会加重焦虑。要平心静气讲流程，分享老兵的真实经历，把保障措施、适应方法讲清楚，这样才能让人安心。”

采访中，也有骨干坦言，曾用过“激将法”，说过“扣扳机都怕，还当什么兵”之类的话，可效果并不好。对此，新兵团领导态度明确：“好心不代表可以口不择言。这样的话对有的新兵是打击，而不是激励。你以为在推他，其实是在把新兵往后拽。”

蹲点期间，记者看到干部骨干为

化解新兵焦虑想了不少实在办法。比如，某中队指导员鱼方挺特意请来去年刚经历过实投实射的战士，以远程连线的方式向新兵分享感受。从领弹、拉环到投掷隐蔽，从握枪、瞄准到击发验枪，每一个环节的细节都掰开揉碎讲明白。新兵们提问近一个小时，拉环到底用多大力、万一没投出去怎么办、枪响会不会伤耳朵……过来人一一解答，新兵脸上的紧张神色肉眼可见地舒缓下来。

某班班长李兴贝习惯把功夫下在日常的陪伴里。训练间隙，他常和新兵坐在一起，听他们说说顾虑，用自己的经历循序渐进引导新兵。这种不急不躁的陪伴，反而让新兵觉得被理解、绷紧的神经慢慢松下来。

中队队长杨潇发现一名新兵训练走神，晚上睡不好，谈心后才清楚，投弹课目是这名新兵的短板，他心里焦虑又不好意思开口。杨潇没有多说什么，只告

诉他：“别急，投弹靠练，我盯着你多投几组，动作熟了胆子自然就大了。”

针对一些新兵去高原服役有所焦虑的情况，新兵团专门邀请在海拔4000多米某哨所服役多年的一级上士王赏，和新战友交流真实的高原生活。王赏向新战友如实讲述了自己的感受：高原点确实艰苦，缺氧、寒冷、生活单调都是实实在在的考验，可大家荣誉感很强，战友之间彼此照应，大可不必担心。

顺着这个思路，很多单位也组织起“老兵故事会”，不光讲攻坚克难的精神，更讲日常的点滴和任务完成后的体会。新兵李思白听后说：“以前听说条件艰苦，现在我理解了艰苦背后的责任与光荣，心里反倒踏实了。既然分到艰苦地区，就要勇敢面对。”

“其实我也焦虑。怕实投出事，怕射击出问题，怕新兵上高原不适应。我是为他们的焦虑而焦虑。”指导员王琰私下对记者吐露心声。每晚查铺，他都会多站一会，听听谁在频繁翻身、谁久久未眠。“我比他们更盼着各项课目顺利完成，也更盼着他们早日适应岗位。这份紧张焦虑，他们受着，我也陪着。”

采访结束，记者深有感触。没有人一人伍就是老兵。那些投弹手不抖、射击眼不眨、高原扎根不言苦的老兵，也曾经历过同样的紧张与犹豫。他们并非天生勇敢，而是通过奋斗拼搏，慢慢学会了克服焦虑、畏难、纠结等不良情绪。帮新兵迈过这几道坎，靠的不是大话空话的解释、冷言冷语的激励，也不是藏着掖着的回避。真正的带兵力量，往往就在训练间隙的陪伴鼓励、座谈会上的经验分享、深夜查铺时的关照守护里。

这些润物无声的细节，才是化解焦虑、凝聚兵心士气的坚实力量。

营连日志

铁路装载站内，电台呼声此起彼伏，嘈杂中透着紧张。任职不到一年的第82集团军某旅某连排长小闫，正站在一辆履带车前指挥定位，由于手势迟疑，现场有些混乱。

这一幕，被站在站另一端指导员杨开明看得真切。换作以往，他早就几步上前进行指挥，迅速把问题解决掉。可这一次，他忍住了。

小闫额头布满汗珠，似乎察觉到身后的目光，回头看了一眼，见指导员没有上前帮忙的意思。他深吸一口气，调整状态后重新下达指令，车辆终于稳稳地停在了平板上。

任务结束，连里组织复盘。杨指导员问小闫：“你觉得问题出在哪？”小闫很坦诚：“指挥不熟练，心里一慌就乱了方寸。”他顿了顿，又说：“以前实操时，总等别人兜底，这一次没了退路，必须现场逼着自己思考判断，硬扛下来，好像有些摸着了门道。”

这样的情况，正在杨指导员的意料之中。半年来，连队多名新排长陆续到岗，他和连长没少带着骨干靠上去帮带，训练场上手把手教，任务现场随时兜底。可一段时间下来，新人成长的速度明显跟不上任务压茬推进的节奏。老兵忙得脚不沾地，新人又迟迟顶不上来，甚至一到紧要关口，主管还得自己冲上去。

这样下去不是办法。经过讨论，两名主管认为，过于频繁细致的帮带，容易使年轻官兵缺乏压力，得不到历练，成长自然快不了。

商量到最后，杨指导员提出一个办法——把事前准备、事后复盘的工作做好，多压担子少干预，尽最大努力为年轻官兵提供锻炼空间。

思路初定，正赶上连队组织教育课。杨指导员把任务交给排长小张，自己只定了主题，提了几点要求：有针对性、有互动、有小结，其余全都让小张自己拿主意。

初稿交上来，杨指导员没有自己上手修改，用问题引导他：“如果你是一名听课的战士，这样的教案能入脑入心吗？案例贴不贴连队实际？如何调动大家的积极性？”

小张回去反复打磨，把连队身边的事融进去，增设了互动环节。授课那天，课堂气氛活跃，效果超出预期。课后他找到杨指导员，说出了自己的感悟：“以前觉得备课是念材料，这回自己亲自负责责任，才知道把道理讲到战士心里去，真是下些功夫。”

做好放手的『下篇文章』

■张贺雷 马天才

前两天，小闫代表连队参加上级组织的经验分享会，发言获得表扬。回来后，他找到杨指导员，郑重地说：“谢谢您那次在装载站没有过来帮我。独自处理任务的那一刻，我逼着自己冷静下来，后来想想，那是我到连队以后第一次真正找到当指挥员的感觉。”

当天晚上，杨指导员在笔记本上写下这样一段话：培养人才，本质是一场有分寸的陪伴。我们无法永远走在前面为他们遮风挡雨，而“放手”的精髓，就在于要用精准规划、默默守护，帮助他们尽快成长，早日独当一面。

当自发活动变成『硬任务』

■陆军某部某连指导员 严庭杰

劲让人看着就高兴。

营里组织成果展，满墙挂的都是接地气、有兵味的作品。就连来观摩的领导看了，也连连点头，说“有温度、有活力”。

可后来，机关把这项活动纳入季度评比，开始排名次、发通报。各连队铆足了劲，谁也不想落在后头。活动要求越高，创作标准越卡越严，大家的空闲时间被一点一点挤占。

我和连长沟通时都有这种感觉：这已不仅是丰富官兵课余生活的活动，而是成了一项为连队争光的“硬任务”。

压力就这么一层层传了下去。文艺骨干老李此前自编自演的小品在团里博了个满堂彩，可自从有了评比，他脸上的笑容少了，满脑子都是改剧本、抠动作，甚至训练时也开起小差，总念叨拿不到名次不光连里没面子，战友们的辛苦也白搭，必须精益求精；新兵小赵原本是连队五公里武装越野的尖子，因排练经常挤压体能训练时间，成绩眼看着往下掉……

看着大家状态下滑，我心里特别不是滋味。倒不是想不通其中道理，而是有些无奈——上级有要求，兄弟连队都在往前冲，我们只能硬着头皮跟着干。

转变，来自上级组织开展的树立和践行正确政绩观学习教育。一次双向交流活动，我把该情况一五一十讲了出来。没想到立刻引起共鸣：机关评比通报搞得过频过细，成了一根无形的“指挥棒”；基层为了争先进，自己又在无形中层层加码，慢慢地，原本的好事反而变了味。

了解情况后，上级的整改措施很快落地：取消排名通报，改为常态化的成果展示交流，不评高低，不排座次。搞什么、怎么搞，全由官兵自己说了算。机关再来检查指导，也不再盯着台账和名次，而是坐下来跟战士面对面聊天，向大家工作训练顺不顺利、有什么收获。

如今，机关将活动调整为每季度组织“文化集市”，书法摄影作品摆摊亮相，大家挨个摊位转着看；特色小节目不再刻意筹划，临到跟前凑一起“拼”成一场小晚会，图个热闹。没有了评比的包袱，小赵说：“心里反倒踏实了，现在的创作思路再也不会被限制了。”老李他们也不再为名次发愁，创排出的几个反映训练生活的小节目挺精彩，大家都爱看。

更让我高兴的变化发生在训练场上。连里恢复了往日的节奏，训练时间战士们士气高昂、干劲十足，空闲时间活动室笑声不断，战士们精气神越来越足。

(吴家庆整理)



春天里的收获

前不久，驻守高原的新疆军区某团某营温室大棚内，两名战士采摘蔬果，忙得不亦乐乎。如今，在高原艰苦环境中，借助温室大棚、物流运输等手段，部队已经能够保证新鲜蔬果日常供给，有力的保障体系正为戍边官兵注入源源不断的练兵动能。

本报特约记者 李江摄

从先顾自己到先想集体

■林成瑞 本报特约通讯员 霍子琪

一线直播间

暮春的一天，急促的警报声骤然响起，海军航空大学某场站警卫连官兵闻令而动，迅速奔向装备室，展开防暴处突训练。

列兵小杨脚步飞快，径直冲到分发员面前，一把接过防暴盾牌，小步快跑融入队列。连长樊涛注视着眼前默契有序的一幕，欣慰地点点头。

就在几个月前，刚下连不久的小杨和战友第一次参加处突训练，场面却截然不同。尽管处突流程比较完善，但由于新兵对各自职能不够熟悉，警报一响，头一回上阵的年轻战士一窝蜂地跑向装备架，争相请领钢叉、警棍这类轻型装备，而相对沉重的防暴盾牌，则被后面的老兵默默取走。

列队展开时，樊涛发现，新兵手持轻型装备率先抵达，可负责构筑防线的盾牌手却落在后面，阵型没能及时展开，演练效果大打折扣。

演练复盘会上，连长樊涛的一句话

能否打得赢？”小杨和几名同志反思完，骨干们便带着大家顺着话头深挖根源。从装备领取无序、分工不明，到担当精神不足、协作意识淡薄，一条条症结被找了出来，大家又举一反三，把平时训练中避重就轻、公差勤务中挑肥拣瘦等现象一一摆出，逐项明确改正措施。

经过研究，一套“流水线式”装备分发流程拍板定下：演练指令一下达，最先到达装备室的两名战士严格按预案和处突职责分发装备；分发员完成分派任务后，再带上剩余装备奔赴集合点，谁也不用等、谁也不用挑。

上过这样一堂下连“第一课”，包括小杨在内的新兵进步十分明显。跑在前头时，小杨主动当起装备分发员，逐一核对战友的装备配置；排进队列时，他一声不吭扛起最重的防暴盾牌。而新兵们从先顾自己到先想集体的变化，也悄然渗透到连队日常。

如今，全连处突出动时间比过去大幅缩短，演练质效实实在在提了上来。

带兵人手记

板报评比结果公示那天，几名战士围在橱窗前，谁也没说话，脸上的神情写满了失落。我们板报组的骨干小马凑到我身边，声音有些气馁：“指导员，这次评比咱们又没名次。忙活了这么久，下次……还搞吗？”

听了这话，我心里像堵了块石头。事情要从团里举办“一营一品牌、一连一特色”活动说起。起初，营里根据官兵的兴趣和意见，组织起书法摄影、文艺创作、音视频创作等兴趣小组，不设门槛，不卡指标，大家可以自愿参加。

那段时间，战士们一到周末就自发凑在一起，把训练日常、军营故事写进剧本，拍进镜头、编成小品，那股子热闹

