

YING GUANG

莹光

第五期

确能电子（深圳）有限公司

行政部编印



内部刊物

注意保存

2009年10月

编委寄语

各位同仁：

公司厂刊《萤光》第五期经筹稿、编辑，同大家见面了。在此，我们要感谢以下几位积极投稿的同仁：

生产部：陈忠富 谭玉玲 陈建建 林国强
业务部：罗少勇 伍运杰
品管部：赖清华 李亚丽
数据部：宁超 谢正旺
生管组：欧玉娟 高道涛

欢迎各位继续积极投稿，这里为您搭建起思想交流、心灵沟通的平台；
这里为您撑起一片文才展示、学习风采的新天地！

凡事感激，学会感激。感激一切使你成长的人！
只有知道了昨天，懂得了明天，才能知道今天。

《萤光》编委会

编委会主任：彭阳军

顾问：贺毅 黄丽霞 丁柏华

编委成员：刘鸿飞 邹顺志 欧玉娟 曾坤玲

责任编辑：刘鸿飞

二〇〇九年十月

目 录

1、编委寄语.....	《萤光》编委会
2、不抱怨，多学习，促成长.....	彭阳军 01
2、随笔企业文化.....	宁 超 04
3、第一次就把事情做对.....	阿 鸿 07
4、天下父母情.....	陈忠富 10
5、如何克服职场“依赖症”.....	欧玉娟 11
6、参加 ISO9001: 2008 内审员资格培训感想.....	罗少勇 12
7、优秀班组长现场管理培训心得体会.....	陈建建 13
8、参加班组长培训感想.....	林国强 14
9、确能公司优秀员工剪影.....	刘鸿飞摄影 15
10、话说心理暗示.....	伍运杰 24
11、昨天、今天、明天.....	谭玉玲选载 25
12、凡事感激.....	山 人 27
13、人生不打折.....	丫头选载 28
14、加减人生.....	高道涛选载 30
15、随想.....	赖清华选载 32
16、秋叶的遐想.....	谢正旺选载 35
17、笑话反映出的哲理.....	李亚丽选载 37

不抱怨，多学习，促成长

（09年10月23日沙井分公司员工集体生日会的发言稿）

彭阳军

常见人讲一句话：公司管理混乱。但任何公司都是管理混乱的，抱怨这一点毫无难度，可惜毫无益处，无论对公司，还是对自己，都毫无益处。

反过来说，如果一间公司毫无问题，那这间公司存在的价值在哪里？公司里的每个人担负职责，主要任务就是解决问题：老板要解决企业投资和经营的问题；业务要解决拓展市场、维护客户关系的问题；生产要解决质量、成本、交期等问题；品管要解决质量保证的问题；采购要解决物料供应的问题；工程要解决技术问题等等。

有问题不可怕，可怕的是逃避解决问题的责任，抱怨就是一种典型的逃避。因为公司管理混乱嘛，所以我没做好或没做到，是正常的。

抱怨是消磨意志、削弱战斗力的腐蚀剂和传染病。一个人抱怨，是他自己的问题，两个人抱怨，是两个人的问题，三个人甚至更多人抱怨，一定是传染病，整个团队都受了感染。这个团队的负责人（组长、主管、经理、总经理）没有尽到自己的责任，没有对员工的抱怨采取隔离和引导措施，甚至有的团队负责人自己也参与到抱怨群体中去。

人生犹如逆水行舟不进则退，每个人每天如果都能想一想：我们如何能把自己的工作做得更完美一些？那自己和公司肯定天天进步；如果每个人每天都在抱怨公司，那自己和公司肯定天天退步。

“不抱怨，多学习”，这是公司一直坚持倡导的基本理念。学习，才是解决问题的基础。只有每个人都掌握解决问题的能力，公司才能发展进步。

作为公司的一员，我们应该学习什么？我认为有四个方面是急切的。

首先是细节知识。细节知识是指具体岗位涉及的各个微小步骤、流程或零部件知识，例如做光绘质检，光会上片、下片、检查是不够的，还需要详细了解光绘机、冲片机的构造、原理、维护、软件知识，等等。细节知识，单靠公司的培训是无法掌握的，员工是企业知识的记忆体和承载体，必须靠自己多实践、多请教、多总结，以及直接上司的言传身教，再配合公司的知识化管理，才能达到比较理想的状态。

不少人满足于做“机械人”：早上八点上班，晚上五点半下班，无惊无险又一天。这样机械化的工作毫无乐趣可言，八小时的每一分钟都会如坐针毡，为何不尝试岗位成才，在工作中学习新知，积极寻找工作中的乐趣呢？

只有掌握最微小细节的知识，我们才能制造出精密的产品，提供更精细的服务。这种要求永无止境，要像黄金的纯度一样，即使达不到 100%，也必须从 99%、99.9%提升 99.99%乃至更高。于微细处见精神，细节决定成败，大刀阔斧的竞争往往并不能在市场竞争中取胜，而一点一滴、一丝一毫的细节竞争，都将铸就企业的成功。

其次是工作方法的学习，尤其是工业工程（IE）知识的学习。工业工程是致力于提高工作效率和生产效率、降低成本的一门学科，它把技术和管理有机地结合起来，研究如何使生产要素组成更高和更有效的生产力运行系统，实现提高生产率目标的工程学科。工业工程的精华就是“低成本，零缺陷”。

在进入微利时代的今天，任何技术都会很快被模仿，竞争主要靠设计、创新以及制造和服务的效率。设计、创新不是一蹴而就的，制造和服务的效率却

是时时刻刻提升的，而 IE 是提升制造和服务的效率的重要工具。

公司将会对全员进行 IE 培训，以便人人掌握这个工具，但师傅领进门，修行靠自己，是否融会贯通，活学活用，取决于每个人自身的态度和努力。

第三是信息化、知识化的学习。信息化管理，是企业管理的趋势，本公司将持续推行 ERP 和 CRM 系统，每个人都要学会使用电脑，每个人都要掌握信息化管理的基本知识，这是对各位员工的基本要求，不管你是从事什么岗位。公司在信息化方面总的目标是：取消手工记录和统计，按不同授权，在电脑上方便快捷地获取任何想要的资料和数据。

第四是英语的学习。本公司正在迅速成为一间国际化的公司，而英语是国际化的重要工具，很遗憾，本公司能使用英语来读写的人寥寥无几，能听和讲的人更是屈指可数，这是不能适应公司发展要求的。所有的员工，尤其是大专以上的员工，都应主动行动起来学习英语，学得不好没问题，不去学才是真正的问题。学英语的目的是为了沟通，不是为了考级，不是为了成为英语教师，不是为了成为英语专家，只要能沟通，有错漏问题不大，关键在于先用起来，用起来的过程中可以逐渐修正。

我们自 2005 年 11 月开始，实行五天工作制，其中一个很重要的考虑，就是希望提供给各位员工学习的时间。我们有的员工抓住了这种机会，成长成为公司骨干。但我希望更多的年轻人，不要把时间花费在 QQ 和游戏上，如果大家还想提升待遇的话，还想改变自己命运的话，不管你在哪里，不管你是留在公司还是离开公司，不管是在顺境还是逆境，都要从现在开始，努力学习，知识就是力量，而且是唯一能持续的力量。

随笔企业文化

宁超

前几天和几个大学同学在毛家饭店吃饭的时候感叹，去年在这里吃饭的时候还是宾朋满座，时至今日寥寥数人，面对的还是经常推出打折，送菜等各项优惠。金融风暴肆虐的影响颇为广泛，困难摆在面前，大家要如何来解决。这个解决的过程就能反映出企业本身对市场前瞻能力的强弱，也间接表现了一个企业乃至企业管理者适应危机困难的能力。

全球金融危机的影响，似乎大家都开始缩小自己的战线，减少不必要的浪费，甚至频频传来通用裁员、雅虎裁员、IBM 裁员、Starbucks 裁员、SAP 裁员等等。然后这个时候谁都没有发现美国最著名的游戏软件公司暴雪游戏竟然扩招 6000 人，原因很简单：金融危机了，大家都减少不必要的开支，减少外出旅行的机会，减少到大饭店吃饭的机会，减少社交活动，所以必然呆在家的时间就多了，一家一个电视是很正常的，而且都是家庭主妇占着电视看《越狱》、《Heros》等等，那男人，小孩必然就用电脑来打发时间，那 ONLINE GAME 不失为一个消磨时间的低成本开销。8 个月后，事实证明了暴雪公司的远瞻性，越是金融危机股票却上涨 30%，被业界称为暴雪神话。

任何企业都会有自己的文化，甚至更有企业文化研究专家觉得企业文化是保证基业常青的最根本的必要条件！企业文化的塑造，其根源都在于对文化的理解，对文化理解得越深，越透彻，那么越容易把握其中的真谛和关键。那如何来建立企业文化？

举个很简单的例子：

之前我所在的一家日企在去年 10 月有这么一项规定，就是各部门拟出本部门的成本削减的方案来度过金融危机。我所在的工程部就决定取消每周周会上的免费咖啡和饼干，改为由投币机来代收 1 元/杯的费用。

然而待到公司总部派来的专员来巡查的时候非常惊讶的说：“听上去你们好像搞错了。你们取消了饼干，却保留了每周的例会。你本应该做的是保留饼干，取消例会。让例会简化为邮件或者报告，让更多的人有更多的时间来做其他事。饼干？你有什么理由让员工相信如果一个企业连几块糖和几包咖啡都不舍得，那企业对员工还会有什么重视的地方！”

这里的企业文化就是：提高工作效率，以人为本！

如何定位自己的企业文化

一个企业和企业管理者意识到了企业文化的重要性后就要开始着手制定适合自己的企业文化，那要如何定位？

我有一个大学的同学在厦门某证券公司做初级理财师，她告诉我这么一个故事：早在 3 年前她们公司就开始定期给每一个客户发放近期市场动向，黄金价格走势，期货买卖建议等等一系列在客户看来是很不错的理财方法。然而发放出去的信件所用的纸质很差劲，信封的印刷也很糟糕，几乎所有人都是草草看完就扔在一边！然后他们新上任的市场总监想了一个办法，把所有的广告全部换成铜版纸，印刷精美，甚至还在每期开始附送 A2 大小的海报，这比之前用的纸要贵很多。但是他说：重要的不是纸，重要的是纸上所承载的信息所代表的意义！让人家知道我们很用心的去为他们考虑！然后树立公司的形象之余，也告诉人家我们公司很有实力，定位在其他证券理财公司之上！果然，市场效果要好的多！

这里的企业文化定位：根据自身条件和实力来树立品牌服务，定位高端！

谈到企业文化的作用时，我们能够列举出许许多多，比如凝聚功能、导向

功能、示范效应等等。但是，如何让企业文化产生如此的作用，落实到具体上无非就包括了下面几个内容：

1、精神管理 在企业里，人们拿着工资和福利还怨声载道，而在寺院里，人们心甘情愿地将辛辛苦苦挣来的钱捐献出来。两相对比，我们不难发现一个问题，就是企业的管理中少了类似于宗教中能够让人们信仰的东西。

2、价值观 在员工拓展训练中有一项是攀岩，不难发现这样一个问题：“为什么我们爬墙时那么玩儿命？”大家讨论了一阵子，得出了一个很有价值的结论，就是做这项活动时团队成员的目标是完全一致的、而且是单一的！我接着问：“为什么我们在工作中鲜见这样玩儿命的场景？”大家马上就想到了：因为工作中很少有团队“目标完全一致、而且单一”的时候！这样一个场景，就充分反证了建立一个能够让全体成员信服的企业价值观何其重要！

3、完善的体系 我曾去过友邦和招行的信用卡发行中心，我发现一个共同点，就是都有一个小黑板来反映这个月所有业务员的业绩，但是有照片的永远是前三名，让不熟悉他们的人也能知道谁的业务水平怎么样，用这样一个正面激励的手段来暗喻 3 名以后的所有人，你们的照片没出现在这里面，你们要努力，这是一个用激励手段来不露声色的惩罚的典型例子！

4、召唤英雄 拿破仑的名言：“一头狮子率领一群绵羊，可以打败一只绵羊率领一群狮子。”

确能是生产型企业，和服务性企业还不太一样，变数很大，而且需要所有人在不断努力的过程中来摸索这个企业文化的实质定位内容。可谓：任重而道极其远!!!!

第一次就把事情做对

做事要讲方法和技巧。只有掌握了做事的正确方法，运用正确的做事策略，我们才能事半功倍，而不是事倍功半。否则，如果一味地盲目冲动，做事不假思索，就很可能好心办坏事，最终把事情办砸。那些成功者往往能够真正参透做事的学问，掌握正确的做事方法，并且从中找到自己成就事业的道路。

有些人做事喜欢再三返工，其实多次返工等于无功。有这样一个例子：一次工程施工中，师傅急需一把扳手，他不假思索叫身边的徒弟去拿。许久，徒弟找来的却是一把非他所要的巨大扳手。原来师傅叫徒弟拿扳手的时候，忘了告诉徒弟自己需要多大的扳手，也没有告诉徒弟到哪里去找这样的扳手。师傅从自身找到原因，很快，徒弟就拿回他想要的扳手了。

在现实生活中，因考虑欠周导致返工的情况很多，但许多人并不能像这位师傅那样从自身找原因，反而一味责怪周围的环境，因此常无法跳出“返工”的怪圈。要避免或减少返工，事先就想着怎样把事情第一次就做成，这才是最重要的。

对待事业要有百折不挠的精神，但对待具体工作，第一次就争取把事情做成，同样可使你闪光。在工作中，每个员工第一次就把事情做对，是提高工作效率和获得机遇的第一步。相反，你第一次若是做不对，就很可能在职场上被踢出局，从而失去了再次去做的机会。

某广告公司的员工就犯过这样一个错误：在为客户制作宣传广告时，将客户的联系电话中的一个数字弄错了。由于时间紧，客户第二天便用在了产品新闻发布会上。新闻发布会结束后，这家公司才发现关键的联系电话有误，

而此时此刻，存在错误的宣传单已发放了五千多份。由于错在广告公司，广告公司只能按照客户要求要求进行赔偿。但事情并没有就此结束，弄错电话号码的事情传开后，广告公司在客户中失去了信誉，立即陷入门可罗雀的窘境。就这样，一个人的错误不仅毁了自己的前途，也连带毁了一家公司。

我们平时最经常说到或听到的一句话是：“我很忙。”是的，在上面的案例中，那位广告经理忙了大半天才把错误的问题料理清楚，耽误的其他工作不得不靠加班来弥补。与此同时，还让领导和其他部门的数位同仁和他一起忙了好几天。如果不是因为一连串偶然的因素使他纠正了这个错误，造成的损失必将进一步扩大。

第一次就把事情做对，不仅是对自己的负责，也是对别人的负责。职场上需要这样的员工，商场上需要这样的合作伙伴。能一次就把事情做对的人，是现代社会需要的人，是值得信赖、受大家欢迎的人。对于一件事，我们要么不做，要做就一次做好。

平时，在“忙”得心力交瘁的时候，我们是否考虑过这种“忙”的必要性和有效性呢？假如在审核样稿的时候那位广告经理稍微认真一点，还会这么忙乱吗？“第一次就把事情做好”，在我参加工作之后不久，有一位领导就告诉过我这句话，但一次又一次的错误告诉我，要达到这句话的要求并非易事。

第一次没做好，同时也就浪费了没做好事情的时间，返工的浪费最冤枉。第二次把事情做对既不快、也不便宜。

“第一次就把事情做对（Do It Right The First Time 简称 DIRFT）”是著名管理学家克劳士比“零缺陷”理论的精髓之一。第一次就做对是最便宜的经营之道！第一次做对的概念是中国企业的灵丹妙药，也是做好中国企

业的一种很好的模式。有位记者曾到华晨金杯汽车有限公司进行采访,首先映入眼帘的就是悬在车间门口的条幅——第一次就把事情做对。

在很多人的工作经历中,也许都发生过工作越忙越乱,解决了旧问题,又产生了新故障,在一团忙乱中造成了新的工作错误,结果是轻则自己不得不手忙脚乱地改错,浪费大量的时间和精力,重则返工检讨,给公司造成经济损失或形象损失。

由此可见,第一次没把事情做对,忙着改错,改错中又很容易忙出新的错误,恶性循环的死结越缠越紧。这些错误往往不仅让自己忙,还会放大到让很多人跟着你忙,造成巨大的人力和物资损失。

所以,盲目的忙乱毫无价值,必须终止。再忙,也要在必要的时候停下来思考一下,用脑子使巧劲解决问题,而不盲目地拼体力交差,第一次就把事情做好,把该做的工作做到位,这正是解决“忙症”的要诀。

你还忙吗?当然忙!但希望是忙着创造价值,而不是忙着制造错误或改正错误。只要在工作完工之前想一想出错后带给自己和公司的麻烦,想一想出错后造成的损失,就应该能够理解“第一次就把事情完全做对”这句话的分量。



(阿 鸿)

天下父母情

天下所有的父母，一生都劳碌，辛勤的忙碌有谁来体会？

无情的岁月有去无回，父母的眼泪有谁来体会？

今夜坐在窗外，一身的疲惫让我想起父母的情深！

想起父母殷切的期望，依要发奋图强，一定要用成功报答父母的情深，天下父母情……

遗憾，生活中的烦恼，没跟妈妈说过

遗憾，工作中的事情，没跟爸爸谈过

遗憾，茫茫地天涯，寻不见路的方向

遗憾，梦想十分，一俱在孤独与寂寞的空间里

遗憾，父母皆不在身边。

天下所有的父母，刻刻在忙碌，滴滴眼泪有谁来过问？

无情的岁月有去无回，父母的酸甜苦辣有谁来过问？

今夜扶窗望月，想起父母的情深，想起父母沉甸甸的期望，我一定会发奋图强，一定会用成功报答父母的情深！

天下父母情……

(生产部：陈忠富)



如何克服职场“依赖症”

在职场中勤学好问，是一种积极的工作态度。但是凡事都讲究把握好分寸，一旦过于依赖他人的帮助，不仅会影响个人形象，也会限制了个人能力的提升。

在心理学上，依赖型人格泛指个人自主精神甚弱，独立意识缺乏。其表现为：极度渴求亲近感与归属感的满足，尽管这与可能真实的感情无关；为追求亲近感和归属感的满足，可以不惜放弃个人的尊严与地位；缺乏自主性和独创性，渴望得到他人的帮助，极大地克制自我的兴趣和欲望。

如何克服职场中的依赖现象呢，以下几点小建议：

求助不如求教：明确自己是去求教的，而不是简单地求助，在经过别人教导后，问题还是要自己去解决，困难还是要自己去克服。这样拥有独立自主的心态，就会对自己的能力充满信心。

求结果不如求方法：不要一味简单地追求一事的解决，而是通过求教的过程，学会解决事务的方式方法，以激发自己的创造性和主动性，提升自己举一反三的思考能力。

变被动为主动：在职场中，不仅要积极请教别人，也要尝试去帮助别人，以此获得自我价值的平衡感，也有利于树立自身的独立形象，摆脱依赖他人的印象。

变接受为讨论：在对职场中的权威人士求教时，不要一味听从认同，而是要多方提问，积极讨论。在尊重对方的前提下，学会适度发问质疑，以培养自己的独立意识。

有容乃大：职场上没有绝对的胜者与输者。胜者要有危机意识，不要只懂得勇往直前，不懂得进退自如，输者要有生机意识，因为任何一次挫败经历都有可能带来个人的成长。无论输赢，个人的气量都很重要，有了气量就有了希望，有了希望就有了动力。



欧玉娟

（选载《北京青年报》）

参加 ISO9001：2008 内审员资格培训感想

罗少勇

2009年7月25-26日去深圳福田的青年学院和经理学院参加了ISO9001:2008内审员资格培训，同去的有公司的同事：郭宗海和胡文贤共三人。主要感想如下：

“中国制造出问题”如：毒大米、毒鸭蛋、毒牛奶，蔬菜有农药过多，鸡肉、鸭肉、猪肉等激素过多（动物多吃了激素长得快，人多吃了含激素高的肉会早熟）；化妆品是美容，用多了就是毁容（含化学重金属过多）……等等。有人士提出是人的信用和道德出了问题，为了追求利益，不顾他人的生死。最终是思想道德的问题，所以思想道德教育成功了，产品品质就好了！

ISO重在理解和怎样去操作，而不是说出来、背出来，表面文件做出来就好了，而是要落实到具体每个员工教育上、思想上、行为上、操作上，最终产品体现在客户满意度上。而这种前提是老板、老总、领导要重视，老板都不重视，下面的人员是不会去重视的，也就做不好起来的。还有就是员工对企业文化的认可上，这样才不会您教一套，他做另一套。人是个很有情感思想的高级动物，只有尽量的满足他的需求，他才会尽量的去把工作做好；单纯的以权压人，往往实得其反，人服而心不服。管理是门有血有肉的艺术科学，而不是简单苍白的权利和制度。因为事是人做的，只有人稳定了，产品的质量才能稳定。

产品的质量是企业的生命，质量有多好，生命就有多辉煌。质量管理八大原则，有多少人真的做到了？有多少人真的做到以客户为中心？往往都是以我为中心的本位主义，不会换位思考，如果我是客户看看？有多少人真的做到持续改进？往往都是不加思索，推一下就动一下，遇到问题就停下来，不会更多的去想怎样解决。要知道办法总比困难多，人员如水，就看公司怎样去教育、引导、治理。

ISO理解是前提，传达沟通是桥梁，产品实现是关键，持续改进是保证。客户就在心中，质量就在手中，事在人为，世上无难事，只怕有心人。

优秀班组长现场管理培训心得体会

班组工作的好与坏是基层班组管理工作做的好与坏的最为直接的体现。作为一名最基层班组管理者日常工作中我个人经常进行自我检讨：自己刚刚参加到班组工作中来，管理中细节工作做得到不到位？自己作为兵头将尾“榜样”形象树立的够不够？

通过公司举办的这次培训让我更深深感受到班组管理工作的长期性、重要性、任重道远。如何做好一个优秀班组长在这里我浅谈一下自己培训后的心得体会：

作为一个班组长，不仅要具备敬业的态度和责任心，还要有一定的专业能力和沟通协调能力，培养和指导能力等等。有效激励班组员工的能力，建立良好的职业心态。发现问题，要及时分析问题，解决问题。当然也要有很强的自我约束，自我管理能力。并不断学习新知识。

新进员工的岗前培训，重点着重于设备操作，作业安全，产品工艺，产品质量，现场 5S 等等。每天早上坚持开晨会，主要是对昨日工作的检讨，传达今天的工作任务和工作中的注意事项，鼓舞员工的士气等等。

认真仔细的和组员进行交流，让每位组员感受到我们的管理切实关系到他的自身利益，让大家无所顾忌的说出自己的心里话、知心话，做每个组员的知心人。

组员的事无论是大事还是小事，对班组长来说，都是大事，把组员的事当作是自己的事，想尽一切办法来解决；及时沟通，及时反馈。

多利用业余时间和组员进行沟通和交流，对于思想状况有波动、有情绪的组员，及时沟通、解决，坚决杜绝让组员带着情绪上班。

多利用空闲时间，组织一些有益的活动，以增强组员对班组的认同感，提高班组的向心力、凝聚力。紧紧地把大家团结在一起。

在班组内部管理本着互相尊重、互相理解的原则，公平、公正，事事有计划、有记录，有据可查，事事仔细详尽。

安全上严格执行公司的各项规章制度及安全管理规定；在执行过程中，发现问题及时沟通、解决；做到防患于未然。针对一些典型的、普遍性的事故隐患，组织组员进行讨论、分析，统一思想，加强认识。

在接下来的工作中，我个人将会以更高的责任心去对待班组的管理工作，坚持“早小严细”，真抓实干，敢于碰硬。并且自身不断加强学习，尤其是学习一些好的管理方法和手段，并且能够合理应用到工作中去，更好的为班组服务。

生产部：陈建建

参加班组长培训感想

林国强

我于7月26日上午9:00-11:00参加了在福田区由本杰企业管理组织的培训，首先感谢公司给我这次培训的机会，通过本次学习，在个人认识上有所提高，从以下几个方面谈谈我的感受：

一、5S的管理：它体现了一个公司的管理模式，我认为将5S用于部门的管理中也会起到明显的效果。

1、整理——是将我们平时工作中的复杂烦琐到简单一般的事情分理归类，先重点后一般，让我们的工作保持在最佳状态。

2、整顿——一个人在工作中学习别人的长处来弥补自己的不足。

3、清扫——将我们个人的工作流程进行彻底的疏理，理出清晰的工作思路。

4、清洁——将工作中良好的工作风范一直保持。

5、素养——每个人把工作中的标准守好，积极主动、创新，为我们的公司及客户提供优质的服务。

二、如何提升班组长现场管理能力：我认为作为领班来说，首先要了解自己每日的工作内容及每日工作中的重点，熟悉自己管辖区域内每一个岗位值班人员的操作情况。工作以外要经常与自己的员工不断地沟通交流，倾听员工的心声及时了解掌握他们的思想状况，还有通过对员工的培训与引导和平时工作中员工所犯错误的处理方法。

三、人际关系与沟通：人际关系的沟通是管理者最重要的工作。

1、我认为要想和员工沟通首先要倾听他在讲什么；观察他的情绪及安全指数，最后通过他的谈话找出适合他需求的话题进行对比参照、假设等进行举例认证他的观点是否正确。

2、要掌握沟通的技巧与沟通的重点：我认为与人沟通首先要用心交流，倾听他在说什么；他要怎么说的及他的肢体语言；通过对他观察了解用正确适当的表达方对式对其进行分析。

以上是在这次学习中的感受，不足之处请领导指正。

确能公司 8 月份 A 级员工剪影



数据中心：谢正旺



工程部：雷 云



生产部：胡满凤



生产部：朱彩丽



生产部：杨菲菲



品管部：彭珍春



研发部：胡文贤



生产部：王 东

确能公司 9 月份 A 级员工剪影



工程部：邹顺志



生产部：林国强



生产部：林向玲



生产部：汤玉芳



行政部：曾坤玲



品管部：彭珍春



生产部：杨菲菲



生产部：李峰云



生产部：张凯



工程部：雷云

话透心理暗示

心理暗示，是指人接受外界或他人的愿望、观念、情绪、判断或态度影响的心理特点。每天，我们都会不断从自己或他人那里接受各种暗示，这种影响有时会带来喜悦和信心，有时又会使人觉得郁闷不安。以下几种快乐的自我心理暗示，可以帮助我们更加乐观地面对生活，使自己变得更快乐。

用语言表达出内心的感受，心理学研究中有一种“内省法”，就是让人冷静地观察自己的内心深处，然后将观察的结果如实讲出来。这样可以使紧张的心情得到释放，人就会感到轻松一些。把每一次失败都当作是最后一次。每个人都会有不顺的时候，试着在最不开心和失败时对自己说：“这是最糟糕的了，不会再有比这更倒霉的事发生了。”既然“最糟糕的事”都已经发生了，还有什么可怕的呢？既然已经到了最低谷，那么以后就该否极泰来了！当你在最不顺利的时候给自己这样的心理暗示，会增强心中的安全感，也会给自己以信心。不要总向自己强调负面结果。我们不要总是给自己一些这样的提醒“昨天我就是在这里摔倒的”、“这段路总是出交通事故”等等。因为越是这样，我们心里就会越紧张。所以，聪明人应避免老用失败的教训来提醒自己，而应多用一些积极性的暗示，比如：“走稳些就不会摔倒了”、“经过这段路时应该减慢速度”等等。这种积极的暗示和指导，比起总向自己强调负面结果要好得多。用“汽车预热”方式调整心情。司机都知道，汽车上路前都要进行发动机预热，这样才能保证汽车良好的行驶状态，做事也是一样。

当星期一早上你还未从“周末综合症”中彻底解脱出来时，先不必急于工作。可以先与同事们交流一下，或是先翻阅一下上周的工作日志，当你给自己的心情“预热”之后，再以崭新的面貌进入工作状态。在状态最好时迎接挑战。每个人都有自己的“情绪周期”，有时人们难免会陷入莫名的情绪低迷阶段。这时就应该先做些简单的工作，不要给自己增添过重的负担。我们可以在自己情绪高涨的时候处理那些令人感到棘手的问题，因为好心情能激发饱满的工作热情，促使人们增强信心，产生知难而上的挑战欲。

人在良好的状态下迎接挑战，可以淡化为难情绪。别给自己贴上失败的“商标”。不要总是对自己说“我的能力实在不行”、“我缺乏变通的技巧”、“大家都不喜欢我”等等。要知道，真正能够击倒你的人有时恰恰正是你自己。因此，不要总是给自己贴上“这不行、那不行”的失败“商标”，应该多给自己一些激励与自信。

昨天，今天，明天

人的一生只有三天：昨天，今天和明天。昨天已成过去，明天还没有到来；我们无法把昨天请回来，明天也不能提前拥有。我们可以把握的只有今天，我们总认为今天是最重要的，今天好像能代表我们生命的全部，今天把握不好，就会成为不好的昨天。昨天好像是一朵凋零的黄花不足珍惜；明天就更不用说了，一首《明日歌》好像明天就似蹉跎的岁月，就是惰性的借口，就是让我们碌碌无为的诱惑。当然，我们应该抓住今天，但我们也决不能抛弃昨天，更不能放弃明天。

昨天是我们登上今天的台阶。没有昨天，我们就走不到今天，昨天是今天的重要组成部分；没有美好的昨天，就不会有丰富博大的今天；没有昨天，今天就会更加单调和瘦小。

我们拥有最多的就是昨天，昨天里有宝贵的财富，有深渊的知识，有深刻的思想，有超人的智慧，有生活所必须的丰富的物质文明。

昨天是历史，记录着我们生活的轨迹，成功和失败，光荣和耻辱，经验和教训，昨天像一个教师教育着我们，引导我们，使我们呼吸着智慧的空气。

昨天是一面镜子，可以照见人间的美丑、是非、善恶；昨天像一位传教士，告诉我们如何做人，指引我们步入高尚的道德殿堂。

昨天告诉我们如何对待死亡，告诉我们如何获得新生；昨天让我们学会了回忆，学会了思考，学会了珍惜，学会了奋进，学会了取舍，让我们懂得了生死含义。

明天是没有尽头的时间隧道，明天是空旷的，飘渺的，但明天又是充满希

望，梦想和期待……

明天是神秘的，明天藏着无尽的宝藏，需要我们去挖掘，藏着无数的机遇，需要我们去把握；藏着是意想不到的奇迹，等待我们去创造；挂着很多奇瓜异果，等待我们去采集。所以明天是我们理想的高地，是我们幸福的乐园，是我们的极乐世界，是上帝赐予我们的天堂，明天也许才是我们生活的全部意义。

没有明天，昨天就会成为废墟；没有明天，今天就成了尽头。

今天是短暂的，是漂浮不定的，是浮躁不安的，是变化无常的，是稍纵即逝的。但今天又是最现实的，最明朗的，只有让漂浮不定的今天变成精确具体的今天，我们才可能造就庞大的昨天，才能拥有辉煌的明天。

昨天是基础，今天是行动，明天是计划。没有今天，昨日就不会进步，计划的明天就不会落空。没有今天，我们就行驶不出昨天的港湾，就到达不了明天的彼岸！

海明威说：我只有对第二天要干什么心中有数时，才能休息。如果是这样，昨天里就有了设置好的今天，今天里就有了设置好的明天，我们的今天已经带着昨天，也装着明天。

昨天是永远存在的，今天和明天终究有一天不会再和我们相遇，我们会定格在一个固定的昨天里，我们注定要活在今天，梦在明天，死在昨天。所以昨天才是我们真正的归宿。

我们只有知道了昨天，懂得了明天，才能知道今天。

（生产部：谭玉玲）



凡事感激

感激伤害你的人，
因为他磨练了你的心志；
感激绊倒你的人，
因为他强化了你的双腿；
感激欺骗你的人，
因为他增进了你的智慧；
感激蔑视你的人，
因为他醒觉了你的自尊；
感激遗弃你的人，
因为他教会了你该独立。
凡事感激。
学会感激。
感激一切使是你成长的人！

(山人)



人生不打折

一位社会学家曾说过：“如果你满足于五分之一，那么，你只能达到十分之一。”它阐述了一个做人的道理：人生不能打折。人字只有两笔，相互支撑，一打折，便难以立足，不成其人。无论做什么工作，在什么岗位，人生态度、理想信念、道德操行是不能随便打折的。一旦人格贬值，危机随至，轻则跌跤，重则毁坏人生。

人生不打折，就不能怜悯自己。一怜悯自己，就姑息放纵，就敬且偷生，就容易出事。世上鱼龙混杂，纷纷攘攘，不平、不公、不正的事在所难免，而且潜规则存在，不正之风存在，常常引起一些人心动手痒，一旦心理不平衡，就会想歪门邪道。汽车大王福特的母亲，临终时留给福特的一句话是：“你可以怜悯别人，但你一定不能怜悯自己。”好些贪官只怜悯自己，跟着感觉走，顺着欲望爬，不顾人民大众，丢却职责使命，人生打折就不可避免了。

人生不打折，就要坚守、忍耐。邓小平三落三起，都没有磨去他的锋芒和意志，反而愈挫愈奋，引领中国改革开放富起来。这里的关键和坚守，风雨飘摇不改初衷，大起大落不坠其志，坚其所守，守而愈坚，人生得充裕。怕的是守不住，一遇诱惑就上钩，打折了灵魂；一遇权贵就低头，打折了腰杆；一遇美色就俯首，打折了德行；一遇风浪就摇摆，打折了主心骨。细检腐败分子的德行，没有一个不是打折人生，根正苗红打折成了背叛，政绩辉煌打折成了罪犯，大好前途打折成了半途而废……

康德曾讲，人在两个世界生活，世俗的和超验的。事物的发展是波浪式前

进、螺旋式上升的，事与愿违的事是经常发生的，不偷奸耍滑可能坐冷板凳，不得寸进尺可能一亏到底，老老实实可能窝窝囊囊，弃守打折，可得一时之利，但更可能得一生之害。世事难料，权当考验，享受历练，磊落前行，才有不败的人生。就怕念头一失，不复顾惜，那就成千古恨了。

人生是一个过程，享受其过程，不在长度，贵在高度。这个高度非是有所想就有所得，须得符合实际；非是定目标就可达到，设计须实事求是。从底层垒起，层层夯实，低处不实，高处不稳。做学问、做事业、做人，莫不如此。人往高处走，好些人不是不好高，而是好高骛远，不是一步一步攀高，总想坐直升机；不想高有所值，只想谋高就、求高位、取高利……眼高手低，志大才疏，不是碰得心灰意懒，便是牢骚满腹，即令侥幸得手，也恐昙花一现，甚至摔得更脆。

人生不打折，是一种精神，一种追求，一种做人的境界，是坚守理想、属守本分、醉心事业，是内在的充实，是物我两忘的定心。有些人也不打折，斤斤计较，眼里不揉沙子，却是求外表光鲜，面子虚荣。在下属面毅，他们不折头，总是居高临下，趾高气扬；在工作上不折手，包要人提，杯要人拿，门要人开……好像一折头折手折腰，便折去了形象、权威和派头。这种不打折，犹如买椟还珠，人人厌弃，是为人为官大忌，往深里分析，这实是已经把自己打了折，打折了党员干部的宗旨和作风。如果不及时改变，最终毁了自己的锦绣前程。



丫 头

加减人生

许多人快到生命终结的时候，为什么总是懊悔虚度了一生，总是假设如果再给他一次生命，他将如何如何？觉得自己不该失去很多，觉得人生还有潜力，只是加法做得不够。可是生命是一次单程不归的旅程，没有后悔药！

那么人生的“加法”是什么呢？是追求知识、成功、富贵、名利。而生活仿佛是一个容器，总想放很多东西进去来丰富我们的人生，这并没有错，关键是你要放什么进去，你要怎么放。记得有一篇叫《生命中的大石头》的文章，讲了一个如何管理时间的小测验：

先把一堆拳头大小的石块放进广口瓶，直到再也放不下。其实，还可以放砾石来填满石块的间隙；还可以倒沙子来填充砾石的间隙；甚至还可以把水倒进玻璃瓶……

可见时间是挤出来的，而人的潜力也是挖掘出来的，所以人生需要加法。只要你努力，不自满，不自卑，给自己定个高一点的目标，跳起来就能完成。信仰、学识、技能、事业，都是生命中的大石头，趁着年轻力壮，早早地放进自己的瓶里，然后再从容地去享受去游玩去消遣。如果把这个顺序颠倒过来，那么想装大石头就晚了，只能“老大徒伤悲”了。

但仔细想想，一辈子只是拼命地做“加法”，有了金钱，又要美女；有了豪宅，又要名车；有了地位，还要名声；生怕自己的东西比别人少，没完没了，岂能不累？结果可能生活失调，精神崩溃。并不幸福。

读过一篇随笔《生活的篓子》，很受启发：一个生活沉重的人去见智者，智者给他个篓子背在肩上，要他走一步捡块石头放进去，看看有什么感觉。等那人走到终点，累得趴下。智者说，这就是你为什么感觉生活沉重的道理。

我们来到这个世上，每个人都背着一个空篓子，而人的一生，就是不断地往自己的篓子里放东西的过程。如果有了，就想更多，贪得无厌，欲壑难填。只做加法就很悲哀。明智的选择是做“减法”人生了。

远离名利、看淡成败、安于淡泊就是减法，老子说，“祸莫大于不知足，咎莫大于欲得。”知足、节制、感恩、惜福、避祸，说的就是人生需要减法。

张良当年历尽艰辛帮刘邦夺天下，功高盖世，可他却毅然辞官不做，归隐山林，享受淡泊的人生乐趣，得以安度晚年。而韩信也是战功赫赫，但他对人生的期望值很高，拼搏于官场，最终却丢了性命。可见减法使人消灾。

生命是一道算术题，人的一生不过三万个日子，活一天就会减少一天。功名和财富却随时间推移做着加法。可是有一天当这两条曲线交叉时，生命的显示屏上就会出现零，0乘以任何数都等于0。再多的也都带不走。这就是生命的算术公式。残酷而真实。

人生的加法，给我们加入智慧的光芒，加入品格的力量，加入财富的积累，加入亲情的温馨，使人生更加丰盈。而人生的减法，为我们减去多余的物质，减去奢侈的欲望，减去心灵的负担，减去环境的纷扰，合理安排人生的进退取舍，使人生更健康。

因此，加法是一种成长，减法是一种成熟。

它们是生命中的两个轮子，不可或缺。一个是孔子孟子“兼济天下”的历史使命和社会担当，一个是庄子老子“顺乎自然”的内在修养和自我完善。加法减法并用，两个轮子齐转，生命之旅才会风光无限。

生管：高道涛

随想

总是会心情不好，
烦躁、郁闷、不安、渺茫、委屈、心伤……

总是会有太多的烦恼缠绕着；
在这些时候，
我会看看心情小语，
我喜欢短短的文字，
简洁的话语，
却透出一股不凡的力量；
它能让我糟透的心情，
慢慢处于平静，
奔向美丽心情。



美丽

有些人很会妆扮，但内心空无一物，你不会觉得她美丽。
有些人长着一张精致的脸，却长着一颗自私的心，你也不会觉得她美丽。
有些人外表很朴素，但知道如何关心别人，你觉得诚恳的眼睛很迷人。
有些人其实并不好看，却很爱护小孩与小动物，你觉得她善良的心地很动人。
美丽，是发自内心的光华，不会随着岁月的流失而流失，只会随着年龄的增长而增长。
美丽很简单，就是让自己舒服，也让别人舒服。

沉默

有时候，你被人误解，你不想争辩，所以选择沉默。
本来就不是所有的人都得了解你，因此你认为不必对全世界喊话。
却也有时候，你被最爱的人误解，你难过到不想争辩，也只有选择沉默。
全世界都可以不懂你，但是我应该懂你，若他竟然不能懂，还有什么话可说？
生命中往往有连舒伯特都无言以对的时刻，毕竟不是所有的是非都能条列清楚，甚至可能根本没有真正的是与非。
那么，不想说话，就不说吧，在多说无益的时候，也许沉默就是最好的解释。

至少要平静

在你跌入人生谷底的时候，你身旁所有的人都告诉你：要坚强，而且要快乐！

坚强是绝对需要的，但是快乐？在这种情形下，恐怕是太为难你了。

毕竟，谁能在跌得头破血流的时候还觉得高兴？

但是至少可以做到平静。平静地看待这件事，平静地把其它该处理的事处理好。

平静，没有快乐，也没有不快乐。能做到这一点，你就已经有了复元！

弯腰

和别人发生意见上的分歧，甚至造成言语上的冲突，所以你闷闷不乐，因为你觉得都是别人恶意。

别再耿耿于怀了，回家去擦地板吧。

拎一块抹布，弯下腰，双膝着地，把你面前这张地板的每个角落来回擦拭干净。

然后重新省思自己在那场冲突，所说过的每一句话。

现在，你发现自己其实也有不对的地方了，是不是？你渐渐心平气和了，是不是？

有时候你必须学习弯腰，因为这个动作可以让你谦卑。劳动身体的同时，你也擦亮了自己的心绪。

而且，你还拥有了一张光洁的地板呢。这是你的第二个收获。

如果当初

你说，人生是一条有无限多岔口的长路，永远在不停地在做选择。

如果只是选择吃炒面或炒饭，影响似乎不大，但选择读什么科系、做什么工作、结婚或不结婚、要不要有孩子，每一个选择都影响深远，而不同的选择也必定造就完全不一样的人生。

你又说，生命中不可承受之情，就在于人生没有重来的机会啊。

如果当初如何如何，现在就不会怎样怎样……，这种充满怅然的喃喃自语，

还是别再多说了吧。每一个岔口的选择其实没有真正的好与坏，只要把人生看成是自己独一无二的创作，就不会频频回首如果当初做了不一样的选择。

曾经美丽

漫步林间，你看见一株藤蔓附着树干，柔软与坚实相互交缠，你感动于这静美的一幕。

让幸福与归属就此驻足吧。你想。

不知未来会有怎样一番风雨摧折？也许藤将断、树会倒，也许天会荒，地将老。你又想。

那么，请时光定格在此刻吧。定格即是永恒。

永恒里若有这静美的一刻，未来可能遭遇的种种劫难，便已得到了安慰与报偿。

偶尔

吃多了健康食品，偶尔你也想啃一啃鸭舌头和盐酥鸡。

看多了大师名剧，偶尔你也想瞄一瞄耳光摔不完眼泪掉不完连续剧。

听多了古典音乐，偶尔你也想唱一唱爱他一百年又恨他一万年的流行歌曲。

你知道健康食品对健胃整肠有意义，大师名剧对培养气质有意义，古典音乐对提升性灵有意义，可是，偶尔你其实并不想让自己时时刻刻活得那么刻意。人生不需要把自己绑得那么紧。偶尔的小小放纵，是道德的。

灵气充满或许接近大人，但偶尔的俗气会更平易近人。

别浪费

今天的你，是不开心的你，因为有人在言语间刺伤了 you。

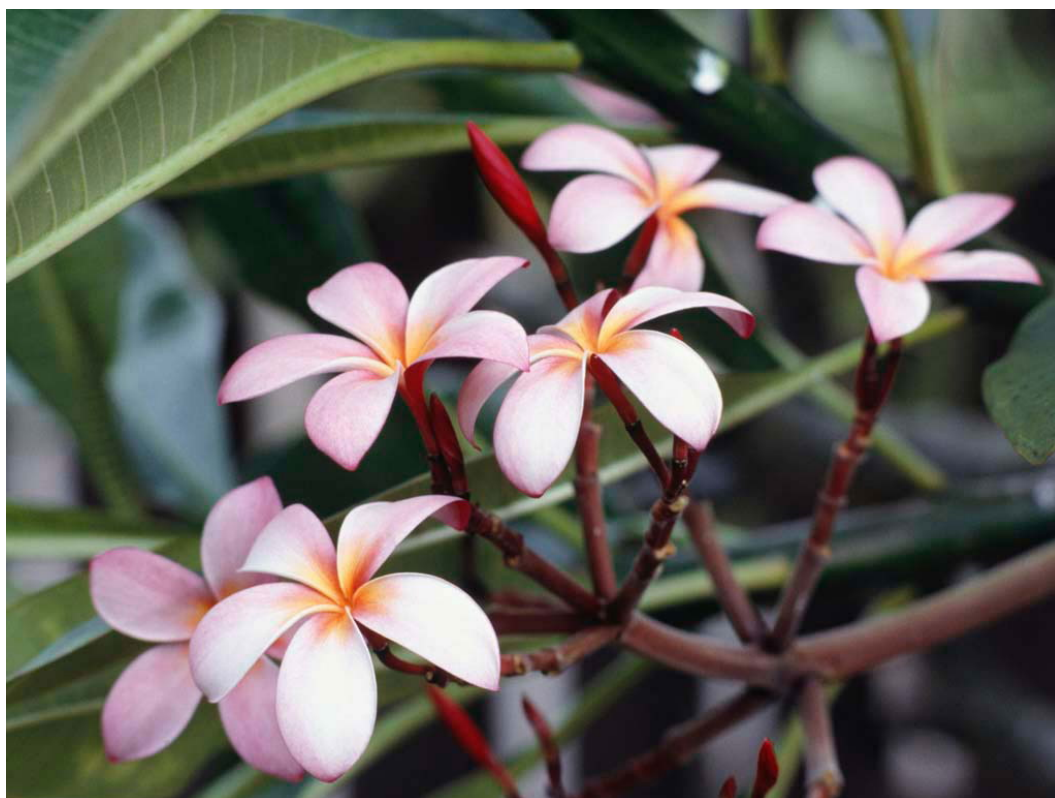
你不喜欢吵架，所以你离开；可是你只是离开了那，却没有离开被那人伤害的情境，因此你愈想愈生气。

愈有气，你就愈没有力气去理会别的事情，许多更该用心去做去想去处理的事件，就在你漫天漫地的心烦意乱之中，被轻忽被漠视被省略了。因为，你只是一心一意地在生气。

在情绪上做文章，这是对自己的浪费，而且是很坏的浪费。毕竟，生气也是要花力气的，而且生气一定伤元气。

所以，聪明的你，别让情绪控制了你，当你又要生气之前，不妨轻声地提醒自己一句：“别浪费了。”

哈哈……看完心情觉得怎么样,是不是好多了？



——摘自网络
品管部：赖清华

秋叶的遐想

金秋十月，秋风凛冽，这是一个积淀忧虑的季节，叶落似乎在抛洒羞涩，美丽在瞬间散落。感怀秋叶的飘零，感触流水的无情，淡淡忧伤划过，浅睡于一抹忧伤里的秋意越发浓郁。

秋叶随风飘扬，孤零分飞；秋水幽怨缠绵，伊人悠悠。

秋，给予人们太多太多，一个拥有宽博胸怀的季节，一段忧欢并重的节气，囤积忧愁，沉积忧虑，收获希望，孕育新生。凄迷的秋色让人沉醉，宜人的秋风撩人情怀，每每秋至，秋风肆虐后，总会留下一道道灰色的秋痕，一抹抹挥之不去的秋韵，和一丝丝淡淡的秋愁……

自古逢秋悲寂寥，少了烈日的灼伤，不再有刺眼的骄阳，多了一丝温润与柔美，增添了些许柔和的和煦。日子消逝如风，花落花开风雨几何，世事如烟，积聚几多柔情，又湮没了多少激情。秋愁，在秋季来临时凝聚，在秋雨中舒展，在秋风中弥漫，而后封存于冰雪世界，等待春风复舒，等待烈日洗礼，等待秋的再生……

生活中，总会遇到这样一些情景，那似曾相识的感觉不知缘起何处，总是恍然间会有种回归的感觉，回归不知何时何地曾经经历的类似场景里。人是否真的有前世和今生，今生只是前世的一场梦？是否世界就像一棵树，而人就是那片叶子，在寒冬中孕育，在春风中萌芽，在夏日里茂盛，在秋风中凋零，四季的轮回里，时光的长河里，周而复始地循环着，于是就有了最为熟悉的陌生？如同即将化为泥土的那片叶子看着一片新绿时心中涌起的感动？

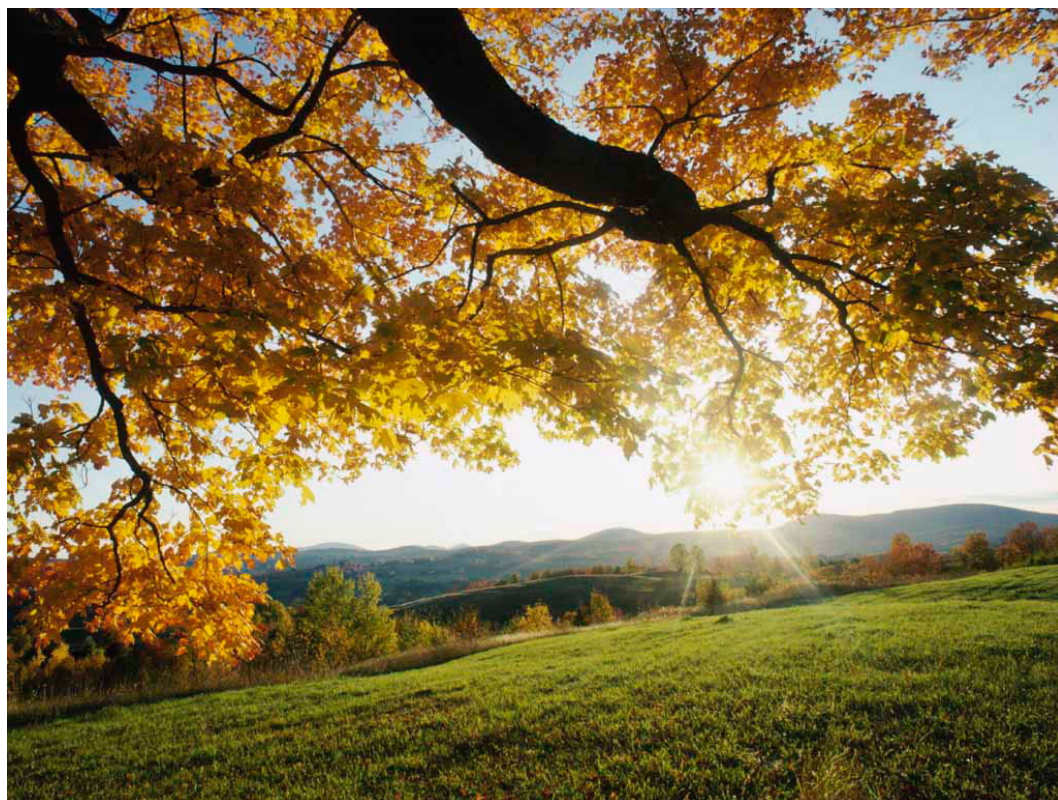
猜想，在轮回之中，定会有些什么是游离于轮回之外的吧？以永恒的姿态守望着。

金秋的月夜是最美的景致，在那一片属于秋的空间里，月是最好的陪衬。夜里桂花香，竟有了桂是月上飘下来的感觉。桂子幽香，夹着秋风与秋月，还有那秋叶随风而舞，生生地就是一番秋景让你陶醉于其中。

风吹来，有些寒了，关于夏的记忆已在悄然隐退，尽管偶尔还可以看到一丝夏日残留的痕迹。枝头孤零零地悬着一片叶子倔强着不肯离去，看上去有些悲壮，忍不住升起一丝敬意，为那最后一刻仍不放弃的坚毅和执着。风在追求，树在挽留，叶在坚守，今生缘已尽，怎奈情太深。不忍离去，因已习惯了日夜相守，虽短暂到只是从春到秋。

微微一笑，转身离开，而后朝梦的方向且行且吟。

（数据中心：谢正旺）



笑话反映出的哲理

- 1、一位夫人打电话给建筑师，说每当火车经过时，她的睡床就会摇动。“这简直是无稽之谈。”建筑师回答说，“我来看看。”建筑师到达后，夫人建议他躺在床上，体会一下火车经过时的感觉。建筑师刚上床躺下，夫人的丈夫就回来了。他见此情形，便厉声喝问：“你躺在我妻子的床上干什么？”建筑师战战兢兢地回答：“我说是在等火车，你会相信吗？”

【顿悟】有些话是真的，却听上去很假；有些话是假的，却令人毋庸置疑。

- 2、麦克走进餐馆，点了一份汤，服务员马上给他端了上来。服务员刚走开，麦克就嚷嚷起来：“对不起，这汤我没法喝。”服务员重新给他上了一个汤，他还是说：“对不起，这汤我没法喝。”服务员只好叫来经理。经理毕恭毕敬地朝麦克点点头，说：“先生，这道菜是本店最拿手的，深受顾客欢迎，难道您……”“我是说，调羹在哪里呢？”

【顿悟】有错就改，当然是件好事。但我们常常却改掉正确的，留下错误的，结果是错上加错。

- 3、饭厅内，一个异常谦恭的人胆怯地碰了碰另一个顾客，那人正在穿一件大衣。“对不起，请问您是不是皮埃尔先生？”“不，我不是。”那人回答。“啊！”他舒了一口气，“那我没弄错，我就是他，您穿了他的大衣。”

【顿悟】要做到理直气壮，并不是件容易的事情。理直的人，往往低声下气；而理歪的人，却是气壮如牛。

- 4、一个苏格兰人去伦敦，想顺便探望一位老朋友，但却忘了他的住址，于是给家父发了一份电报：“您知道托马的住址吗？”速告当天，他就收到一份加急回电：“知道。”

【顿悟】当我们终于找到最正确的答案时，却发现它是最无用的。

- 5、有三个人到纽约度假。他们在一座高层宾馆的第45层订了一个套房。一天晚上，大楼电梯出现故障，服务员安排他们在大厅过夜。他们商量后，决定徒步走回房间，并约定轮流说笑话、唱歌和讲故事，以减轻登楼的劳累。笑话讲了，歌也唱了，好不容易爬到第34层，大家都感觉精疲力竭。“好吧，彼德，你来讲个幽默故事吧。”彼德说：“故事不长，却令人伤心至极：我把房间的钥匙忘在大厅了。”

【顿悟】我们痛苦，所以幽默；我们幽默，所以快乐。

（品管部：李亚丽选载）