

三建简报

诚信敬业·以民为主

内部刊物 2022年11月（总第215期）

喜报：锡山三建荣获“书香企业”荣誉称号

喜报连连振奋人心，奋勇拼搏再创佳绩
奥润新建车间项目顺利签约

“礼赞二十大，建功新征程”主题党日活动
爱国主义影片《万里归途》观影活动



无锡市锡山三建实业有限公司

XISHAN NO. 3 CONSTRUCTION INDUSTRIAL CO., LTD. WUXI

诚信

Contents

目 录



要闻时粹

- 2/ 喜报：锡山三建荣获“书香企业”荣誉称号
- 3/ 喜报连连振奋人心，奋勇拼搏再创佳绩
奥润新建车间项目顺利签约

视点景象

- 4/ 青春奋进正当时，培训赋能再出发
锡山三建“骨干训练营”完美收官
- 5/ “礼赞二十大，建功新征程”主题党日活动
爱国主义影片《万里归途》观影活动

企业文苑

- 7/ 爱岗敬业始终如一，平凡岗位彰显风采
——记机电分公司材料员李秋明
- 8/ 观《我们这十年》有感
- 9/ 读《真希望我父母读过这本书》有感
- 10/ 《赢得信任的沟通技术》分享

生日烛光

祝福 12 月生日的员工

马铁军 蒋建东 季晓丹 李海南 夏 彬
任洪辉 陆静岳 孙嘉彬 张海华 倪 浩
刘海龙 马耀成 侯志兵 钦志良 蔡 涛
陈锡惠 顾婷婷 陶宇松 虞荣浩 顾 斌
杜春锋 杨小立 严云岚 张晓东 杨 雪
孙 俊

公司董事长钱新华、总经理郭晓携全体员工恭祝你们生日快乐，身体健康，阖家幸福，万事如意！

卷 首

一年的岁月，即将消逝，回首度过的 300 多个日日夜夜，几多欢乐，几多烦忧，重温经历的一件件往事，有一丝辛酸，又有几分感动。

风雨之路积蓄了自己的经验，阅历丰富了人生经历。生活让自己不断成熟，抚摸岁月遗落的痕迹，心也曾经刻下了失落与伤痕，却也让自己的收获颇多，人生亦是如此矛盾循环的轮回，一切事物没有完美，也不会任你在想象中生活。

人生岁月，来也匆匆，去也匆匆，在陌生中迎合自己的生活，在工作中锻炼自己的劝告，在未知中解读岁月的真谛。用良好的心境，淡然的心态，去充斥心灵的困境。把思绪细细梳理，在心里归档，存放在心的某一角落...



喜报：锡山三建荣获“书香企业”荣誉称号

11月12日上午，“锡阅再出发，书香向未来。”2022年度锡山区全民阅读典型系列表彰暨百场阅读活动启动仪式在馨和园广场顺利举行。

锡山三建在此次锡山区全民阅读典型系列评选活动中荣获“书香企业”荣誉称号，锡山三建党支部书记兼工会主席陆慧兰作为代表上台领取荣誉牌匾。



“书香企业”是一种荣誉，更是一种使命和担当。多年来，锡山三建高度重视员工学习教育，于2012年建成职工书屋，占地面积50余平方米，图书种类涵盖了党建、政治思想、经济管理、社会文学、工程管理等十余种类图书3000余册。所有图书均印有“锡山三建图书馆藏书”字样，并按照类别分别编号整理上架。工会制定了相关的管理制度，并安排兼职图书管理员对书籍进行管理，保证书籍的借阅和使用有序进行。公司在2013年被江苏省总工会授予江苏省“职工书屋”称号，2022年1月被评为锡北镇书香企业。

今年以来，公司领导高度重视职工书屋建设工作，将其作为职工思想引领、职工素质提升、职工文化活动的重要阵地和有效载体，先后成立“书香企业”创建活动领导小组和读书兴趣小组，充分发挥了职工书屋的文化功能，通过定期组织



开展多形式的读书活动，如读书分享会、员工子女赠书、线上读书比赛等特色活动共计9次，积极引导职工多读书，读好书，为书香企业的创建营造良好的学习氛围。

2022年9月，围绕企业文化建设的需要及合并人大代表联系点功能，公司斥资15万余元，升级改造职工书屋，进行合理的规划布局。配套设计了书橱、报架、书桌、坐椅，购置了电脑、平板等电子阅读设备，安装了空调、饮水机、咖啡机、电视机等硬件设施，为全体员工创造了良好的读书环境和学习条件。

育企先育人，育人先育魂。人人好读书、读好书，是推进文化自信自强、铸就文化新辉煌的源泉和基础。“书香企业”荣誉的获得更加坚定了我们继续广泛开展阅读活动的信心和决心，今后公司将充分利用企业阅览室、线上职工书屋为员工提供更加全面、多元的阅读方式，持续开展书香企业系列活动、将全民阅读范围纵深拓展，为擦亮锡山区文化名片，推动全民阅读贡献力量。

行政人事部：席嘉希



喜报连连振奋人心，奋勇拼搏再创佳绩 奥润新建车间项目顺利签约

11月上旬，经过多轮激烈角逐，凭借着雄厚的技术实力、良好的施工实力和诚信履约能力。锡山三建参投的马山项目与农商行项目分别在众多报价单位中拔得头筹，顺利中标。近日，公司再次中得奥润军用柴油运输车辆低温启动加热装置和发动机进气净化系统研发制造项目，实现单月连中三标的佳绩。这三个项目的顺利签订，进一步壮大了公司优质业务项目包，也鼓足了员工干劲、增添了发展信心。

奥润项目总建筑面积 34371.93 m²，由六栋单体建筑组成，其中地下 601.7 m²，地上 33770.23 m²，工期总日历天数 320 天。工期紧、任务重，非常具有挑战性，此项目将成为锡山三建又一力作！

29 日上午，奥润项目合同签约仪式在锡山三建主楼 208 会议室举行。锡山三建董事长钱新华、总经理郭晓、副总经理杨学辉、总经济师王益民、项目经理李涛、奥润汽车技术有限公司总经理王志民及相关管理人员参加仪式。在参会人员的共同见证下，顺利签订了项目总承包施工合同。

签约仪式后，双方高层领导愉快交流，钱董表示：锡山三建与奥润公司渊源已久，情感深厚。并向大家介绍了锡山三建的发展历史，“诚信敬业、以民为主”的核心价值观，“讲信誉、重服务、求创新、树品牌”的经营理念。奥润王总表示：锡山三建是建筑施工行业的领军者和先行者，本



次签约是双方强强携手互惠合作，真诚希望在此次合作基础上进一步密切联系，广泛开展多领域、多层次的全面合作。随后，郭总代表公司表态：感谢奥润公司对锡山三建的高度信任，锡山三建全体职工信心满满，将总结以往工业厂房经验，把先前项目中技术质量、施工管理、后勤保障和安全生产等方面管理的先进经验，充分运用到新项目管理中来，抽调责任心强、经验丰富和技术过硬的人员组成精干高效管理团队，确保项目高质量如期完成，把奥润项目建设成优质工程、精品工程、放心工程，不辜负奥润公司的期望。

目前，奥润项目的施工团队正在准备进场，完善项目前期工作，确保项目如期开工，全力兑现“期到必成，成时必精”的庄严承诺。

计划经营部：方雨奇



青春奋进正当时，培训赋能再出发 锡山三建“骨干训练营”完美收官

近日，锡山三建骨干训练营迎来了结项汇报。

公司工会主席兼党支部书记陆慧兰、总经理郭晓及关心各骨干发展的所属部门负责人出席并听取汇报。

此次骨干训练营参考以往的成果及经验，根据今年公司培养人才的需求，有针对性的选取相应的课程，争取通过培训提升人才的潜力，助力公司发展。从2021年11月19日开营，通过统一授课、一对一辅导、课后作业，结合公司线上平台学习打卡，学习掌握了效益加速器、赢得信任的沟通技术、问题分析与解决、高效会议管理等课程内容，并能通过复盘、演练来引导学员提升实操能力。

公司高层非常重视本次培训。开营仪式上高层对学员的期望，以及学员们各自的宣誓，通过这次结项汇报，都得到了相应的答案。陆书记表示骨干训练营结项是一个新的学习起点，学员们要持续地学习，当今社会对人才的要求越来越高，未来公司发展进入一个新的阶段，对学员们来说机遇与挑战并存，大家要有准备也要有自信。感谢学员们选择入职锡山三建，在各自岗位上熠熠生辉，发挥骨干先锋模范作用，也期待学员们在

锡山三建的职业发展的越来越好。

会上，学员们通过情景模拟将学习内容融入实际工作，通过一个个案例展现出来，领导们看到学员的展示都予以肯定。郭总代表公司高层领导发言，他首先肯定了课程内容，此次骨干培训内容针对性强、指导性强、效果好，参加此次培训的学员们都是公司的中坚力量，公司为大家提供平台，希望大家要有勇往直前的勇气、锐气和积极进取的朝气，在工作和生活中提高自身学习能力，并送上“心有目标，胸有规划，崇德向善。”12字寄语鼓励大家。

最后，公司高层领导们为学员们颁发结业证书，并评选出优秀骨干及进步骨干予以奖励。结项汇报是终点更是新的起点。与其说是公司为个人提供了学习提升的平台，倒不如说是公司与个人之间的相互成就。青年兴则企业兴。在今后的日子里，各位学员不仅要把学习的成果转化为推动工作的强大动力，还要将所学所知传递给其他员工，努力打造团结高效、相互协作的团队，继续深入学习、提升工作能力，在从优秀到卓越的道路上戮力前行！

行政人事部：惠晶



“礼赞二十大，建功新征程”主题党日活动 爱国主义影片《万里归途》观影活动

为进一步营造学习党的二十大精神浓厚氛围，厚植党员干部爱党爱国情怀，凝聚奋进力量。11月18日下午，锡山三建工会及党支部组织党员和员工集中观看爱国主义影片《万里归途》，本次活动还邀请了中行及党建联盟单位的党员共同观影。

电影根据真实事件改编，以努米亚共和国突发战乱为前提，前驻地外交官奉命前去协助撤侨，当任务顺利完成后，却得知还有一大批同胞们被困。外交官们放弃回家机会，义无反顾逆行进入战区。在没有救援、没有通讯、没有物资的情况下，带领着一百多名同胞们穿越战火与沙漠，冲破层层障碍，历经艰难险阻，最后成功将同胞送回祖国，展现了中国力量和担当。他们坚如磐石的使命感和舍己为人的崇高精神深深感染了每一位观众，让人热泪盈眶、心潮澎湃。



位观众，让人热泪盈眶、心潮澎湃。

观影结束后，大家纷纷表示本次活动进一步激发了个人的爱国情怀，感受到祖国的繁荣富强及和平的来之不易，领会到中国共产党和中国政府坚持人民至上的治国理念，民族自豪感和国家荣誉感油然而生。面对新时代新征程，我们将紧密团结在党中央周围，全面学习贯彻党的二十大精神，学以致用、知行合一，守正创新、踔厉奋发，在今后的工作中坚定自己的理想信念，积极主动作为，将爱党爱国之情转化为干事创业的强大动力，为公司持续的高质量发展不懈奋斗！

行政人事部：席嘉希

观影感想

· 装潢分公司 张栋：

电影《万里归途》影片主要讲述了努米亚爆发战乱，驻地外交官宗大伟与外交部新人成朗受命协助撤侨。任务即将完成之际，又被告知还有一批同胞正在朝边境撤离点撤退。宗大伟没有选择先行回国，毅然决然选择逆行进入交战区寻找同胞。

看这部电影的时候，我感觉热血沸腾，内心的那颗对祖国的赤诚之心被点燃了，我意识到只有祖国的繁荣强大，我们工作生活才能和谐美好，在一个和平稳定的社会有多幸福。并且无论在任

何社会状态下，中国绝不会放弃任何一个在外同胞。

观影前，我对外交官的印象总是西装革履，正襟危坐在发言台上，谈吐不凡。而这部电影将外交官的形象塑造了更加饱满立体的外交官，他们是不带枪的军人，要用自己的力量去帮助同胞。面对努米亚爆乱分子的威逼时，不畏生死，以一个大国外交官的气势回击。

2011年黎巴嫩撤侨，2013年尼泊尔撤侨，2015年也门撤侨，一人都没落下！战争是残酷的，生死是即刻的事情，在场观影的我深刻明白

了那句话的含义：“我们不是身在一个和平的年代，而是生在了一个和平的中国。”

向每一位坚守在海外，保卫同胞安全的外交官致敬！

· 物资管理部 黄志锋：

近期，锡山三建党支部组织观看了电影《万里归途》，这是一部根据真实事件改编，讲述外交官如何经历千辛万苦，穿越战火与荒漠，带领同胞们一起回家的故事。

电影开头，宗大伟用喇叭喊道“请举起手中的国旗、护照！我们带你们回家！”这个情景立马让我们进入到了情节里，去了那个年代里，那时大家希望的是回家，能平安回来。在大家惊慌失措中，悲观的时候，国家派人来了。让我们理解了国家的概念，作为中国人的自豪。

在努米亚的形势越来越严峻，外交官宗大伟和成朗受命协助撤侨任务，因为第一批座位有限没能回国，所以和其他同事一起等待下一批回家的机会。期间由于同事兼好友的章宁牺牲，留下的撤侨任务只能由宗大伟去完成。

在完成任务的过程中，宗大伟为了能带领同胞安全到达地方，完全把一个普通人的的人性演绎的淋漓精致。他们虽然是外交官，但也是一个有血有肉的人，他们有恐惧，有自己的害怕，但绝不懦弱，有自己想要守护的爱与责任。让我感动的情节就是宗大伟为了同胞挺身而出，与反叛政府对峙，宁可自己流血，也要守护好每一位同胞。



祖国的伟大体现在无论何时何地，国家永远把人民的生命安全放在首位，永远对所有海外华人不离不弃。国家都不会抛弃所有处于痛苦之中



的中国人。

· 装潢分公司 徐兰：

11月18日，我观看了由公司党支部统一组织的电影《万里归途》，观影后有诸多疑惑，然后通过网络查询了电影的相关背景，才了解到万里归途原型事件是利比亚撤侨事件。

利比亚撤侨发生在2011年。2011年利比亚暴乱，许多不法分子趁着国内局势混乱，对当地的外籍企业进行打劫。在利比亚参加工作的外籍民众，生命财产安全都受到了严重的威胁。中国政府在暴乱第二天就启动国家Ⅰ级响应，制定紧急撤离侨民的措施。这次中国的撤侨速度甚至创造四个“世界第一”，令世界都为之震颤。

《万里归途》中的很多剧情在现实中可以到找原型。比如，张译饰演的外交官宗大伟被要挟拍摄视频为反政府军背书的片段，和当年海湾战争时期中国驻科威特使馆工作人员孙渤和路宏来的遭遇相似。

宗大伟、成朗带领华兴公司上百名员工穿越沙漠赶赴迪拉特的故事，与利比亚撤侨时期，中国公司近千员工被迫进入沙漠的故事如出一辙。但我觉得，其实更有那么一点红军万里长征缩影的感觉，所以才命名万里归途吧！

其实这些人能活下来，背后依仗的就是祖国的强大和对他们的不离不弃。有很多人可能之前没觉得中国人这个与生俱来的身份有什么值得骄傲的，但是远离祖国无依无靠、遇到生命危险需要祖国救援的时候，就会知道中国护照真的是他们生命通道的通关文牒，强大的祖国始终站在他们身后关注着、担心着、守护着...

爱岗敬业始终如一，平凡岗位彰显风采 ——记机电分公司材料员李秋明

秋明师傅是机电公司的一名普通的材料员，本名李秋明。他入职锡山三建数年，良好的个人素养，扎实的业务知识，踏实细致的工作作风，对事业的热爱和付出，让同事们对他敬爱有加，亲切地叫他秋明师傅。

虽然材料员的职务不起眼，但是材料成本占工程项目总成本的50%以上，材料费用的节超直接影响到整个工程的盈亏和企业的效益，在公司里起着重要作用。秋明师傅负责着公司的材料保管和供给工作，他熟练掌握材料性质，熟悉材料的使用情况和相应的使用数量，对领出的材料追踪用途，及时回收没有用的材料和剩余的边角余料，后期调拨至其他项目，让它们能够继续发挥作用和余热，尽自己所能地为项目节约费用，是公司领导和领导最放心的后勤“大总管”。

秋明师傅在材料员岗位上一干就是二十多年，材料管理工作面广，量大，环节多，性质复杂多变。

周而复始的工作，他任劳任怨、勤恳负责，不怕脏，不怕累，用扎实的行动感动着身边每一个人。如何



保证供应材料满足工程进度需求、如何保证进场材料质量满足设计和规范标准、如何采购到物美价廉的材料、如何做好收料账单记录，取样复检、如何做好材料保管、发放、如何节约材料、余料如何利用等等，这些问题每天萦绕在师傅脑中。他平时沉默寡言，但是一提起材料就能侃侃而谈：仓库里材料摆放位置、材料库存数量、各项工程需要多少材料...他都了如指掌。秋明师傅从项目材料保管、发放等管理的细节着眼，抓好施工材料管理的每一个细小环节，努力在自己的工作岗位上为公司实现降本增效。他先后为春江花园、

轻纺城、南长老年病医院、晶石科技友谊钢材做项目材料管理，为这些项目的建成，发挥了积极的作用，受到公司领导的认可和表扬。

秋明师傅兢兢业业、认真负责、精益求精。在发放材料过程中，他严格按照限额领料制度要求，真正做到节流，同时督促工人施工过程中做到工



完场清，合理利用建材，避免材料浪费和积压。跟踪工程项目时，从项目开工到施工高峰期，因建筑材料的特殊性，施工材料多数在夜间才能送达工地，为了不耽误第二天的施工用料，减少材料的二次搬运，他始终坚持住在项目，在深夜进行收料、点数、协调道路工作。无论烈日严寒还是刮风下雨，从不抱怨。他每天早早来到项目现场，检查确认材料的准备情况，和施工人员交接，如有遗漏及时补充，再核算第二天需要准备的材料种类、数量。日复一日，年复一年，他始终保持着这样的工作习惯。每天的晨曦中他第一个迎来朝阳，暮色中他最后一个送走夕阳，风雨中有他的身影，烈日下有他奔走在现场的脚步声，就像一头老黄牛一样，默默地挥洒着自己的青春与汗水，无私奉献，认真、踏实、敬业地做好每一件小事，充分展现了一名锡山三建老员工的风采。

工作之余的秋明师傅，关心、关爱年轻同事，毫不保留地将自己多年总结下来的仓库材料管理工作经验传授给大家，积极参加单位组织的各种工会活动，热心帮助别人，谁家有困难，都积极帮助解决，在平凡的岗位，彰显了人生的华彩。

机电分公司：王莉君

观《我们这十年》有感

近期，电视剧《我们这十年》正在各大卫视热播，好评如潮。作为一个不折不扣的追剧爱好者，我自然是刷完了整部剧。这部剧通过11个不同的故事组成，以中国2012-2022这十年为背景，以“奋斗”为故事主线，分布到每个篇章主人公的具体事件，生动地反映了当下中国人民的新生活、新变化，讲述了一个又一个只属于我们伟大“中国红”的故事。有观众评论到，“宏大价值观微言说，奇迹故事里有你有我”，我确实深有共鸣。



《唐宫夜宴》以河南卫视春晚舞蹈为原型，讲述了从创作、排练到成型的幕后故事，展现了新时代文艺工作者的形象。舞蹈编排总导演陈冉，从博物馆中的唐俑获得灵感，将自身代入千年前的时代，与唐俑感同身受，并突破资金短缺、疫情等重重困难，把《唐宫夜宴》搬上舞台，受到观众一致好评。这说明艺术并不是高高在上的，能让观众接受并共情才是真正的好作品。

《热爱》中，青年教师张雷到新疆某学校任教，环境的艰苦、汉族与少数民族之间的文化差异让他一心想跑路。然而，村民的淳朴、孩子的真诚打动了，使他留了下来。他帮助学生挖掘足球天赋，帮助少数民族的少年走出大山，改变命运。正是因为有像张雷一样愿意放弃优渥条件的人前赴后继地投身贫困地区，才使国家的教育成果更进一步。

《一日三餐》中，父亲蔡五味经营着一家肠粉店，靠着高超的手艺、地道的价格赢得了邻里街坊几十年如一年的光顾。可以说，蔡五味做生意全靠良心。女儿蔡云却觉得做生意就是要赚钱，她开起了高档酒楼，客户群体为公款吃喝的政客以及挥金如土的生意人。父女俩一拍两散。然而随着国家“八项规定”的严格落实，所有铺张浪费的干部都会受到严格处罚，高档酒楼重新改做平民美食，重获老百姓喜爱。故事切入点很小，却提倡了“反腐倡廉”的思想。

还有例如《心之所向》《西乡明月》...都给我留下了深刻印象，娓娓讲述了这十年来百姓生活的变化。剧中的人可以是你，可以是我，我们都是热爱生活、努力生活的普通人。每个人都可以是写故事的人，正如这部剧的初衷：在平凡生活中书写史诗。未来，祖国更加繁荣昌盛。

设计分公司：沈凡路

>>> 上接第9页

母时的自己，时而又是现在面对女儿的妈妈。伴着温情和感动，希望我们能够更好地相互陪伴。最后，放一段班主任老师的话共勉：不要抱怨陪孩子写作业累人，用不了几年，你看着孩子房间、熄灭的台灯、一片漆黑，会怀念那个小小的背影。坐在那里，一会儿写字，一会摸摸脑袋。一会玩玩笔，一会喊妈妈来一下爸爸教一下...看着孩子空空的卧室，好想早上叫他起床上学。但此时，也许，他已离开你，

远在千里之外。那个时候，你就会怀念他现在上学的日子，怀念那段独一无二陪伴他写作业的日子。你终将明白，孩子给我们带来最大的欢乐不是成绩，而是陪伴。不是你上辈子造了什么孽，才会辅导他学习，而是你们修了几辈子的缘，才会有今生的相遇，好好珍惜吧。趁他翅膀还没硬，还躲在我们怀抱里；趁他还没有长大，你还没有老，趁他现在还跟你在一起，好好爱他，陪伴他。

计划经营部：王瑜焱

读《真希望我父母读过这本书》有感

不知道从什么时候开始，和朋友同事谈论的话题，总逃不开育儿。考试排名、作业辅导、课后教培、幼小衔接、小升初、中高考，还有亲子关系，让家长们焦头烂额，头痛不已。尽管内心热爱孩子，但是做不到时时刻刻和谐相处，每当矛盾发生的时候就会面临亲子关系破裂的风险。我最近参加了一次女儿的家长会，很庆幸女儿遇到了一个很负责任的班主任，她向家长们推荐了一本书：《真希望我父母读过这本书》，我读后很有感触，和大家分享一下。

打开书本之前，我本来预期可能会看到一本养育人类幼崽指南，或者以专业角度论述，如何培养一个智商、情商都高的精英，可能还会穿插大量的鸡汤文学。但实际阅读过程中，给我的阅读体验更多的是感动和羞愧。

“不要评判孩子，给孩子贴上无能、冲动、不值得信赖或不成熟的标签，这无法帮他们进步。设定界限是好事，但应该界定自己，而不是界定孩子。以你自己的感受作为理由，因为你的感受才是真正的理由”。记得有一次，女儿兴趣班下课想自己打车回家，由于距离较远又是晚上，考虑到安全因素我毫不犹豫的拒绝了。女儿一脸不高兴，也不理睬我，让我顿时怒火冲天和她说道：“还不是为了你好，我这么辛苦接送你上下课还要看你脸色？”女儿听后更生气了，连着好几天都没主动和我搭话。看过这本书我才恍然大悟，

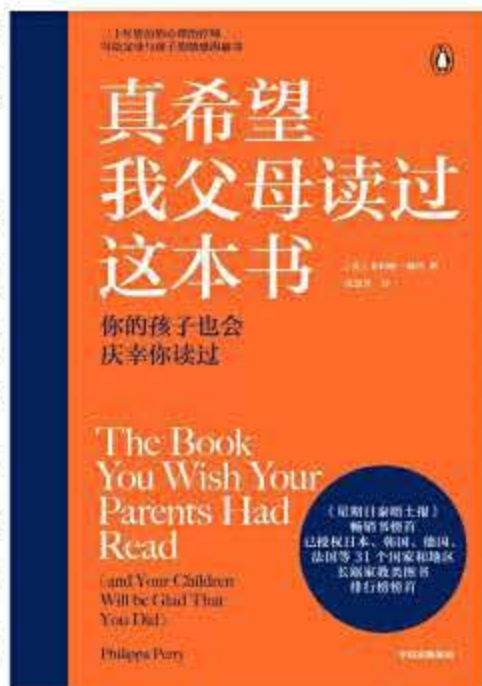
如果我换个说话方式也许不至于和女儿闹僵，委婉一点，从孩子的角度考虑问题，她更容易接受。但是我以最糟糕的方式表达了出来，这让我后悔不已。

“修复关系，而不是冷战。”我们常常说到管教孩子，但是“管”在前，从一开始就定义了双方地位的不对等。父母在上，孩子在下，我们要做的就是把孩子当成一个独立的个体，一个有尊严的生命，如果我们自己做错了事情，我们会坦诚地面对自己孩子并且承认错误吗？我们会把自己的需要藏在看似合理的事实之后，让自己显得不那么自私自利。但实际上，大人把自己做一切事情都合理化之后，再加上不断地语言洗脑：“我还不都是为了你？”很容易让孩子陷入无端的自责。

诚实地面对自己和孩子，是作者提出的第二个关键点。家长们肯定遇到过这样的事情，当我们结束了一天繁忙的工作，回到家，看到孩子凌乱的桌面，没叠好被子的床铺，没丢到垃圾桶里的零食包装，再加上离完成遥遥无期的作业，内心的怒火又涌上来，对着孩子又是一顿大吼：“你都这么大人了，自己不会收拾干净房间，作业还没做完，你都在干啥？”但其实我想表达的是：我今天很累了，而且我也不想帮你收拾房间，你需要养成自己收拾好房间的习惯。坦诚地说出自己的想法和感受，孩子才可能与你坦诚地沟通和交流，这是迈出情感交流的第一步，反观我之前的做法，往往在第一步就扼杀了孩子的沟通欲望，让交流进入了死胡同。

这本书，不光是给出了父母如何看待亲子关系的角度，还有去认识当下作为子女的我们，如何去更好认识父母对待我们的方式。在读书的过程中，我不断地切换自己母亲和女儿的身份，时而好像回到了小时候面对父

>>> 下转第8页



《赢得信任的沟通技术》分享

现实生活中，很多人因为不会沟通，以至于小事变大事、误解变仇恨、产生了隔阂、人际关系变得紧张，给我们的生活带来很大的困扰，让我们面前树立的都是敌人、都是对手，使我们的生活变得障碍重重，人为的制造出很多的问题和麻烦。

近期，我有幸参加锡山三建组织的骨干训练营，其中《赢得信任的沟通技术》课程让我印象深刻，让我懂得了沟通的目的是为了赢得信任，根据不同行为风格的人适当的展现出同理心和弹性，会增加沟通的有效性。在此分享给正在阅读的您。

根据信任罗盘，人际风格分为控制型、友善型、表现型和分析型。各类人际风格的表现形式都不一样，比如控制型人际风格更享受获得成功的成就感，做领导的人大多会是这种人际风格。为此他们坚决果断，说话直接了当，以结果为导向，因为会显得争强好胜，缺乏耐心。与此带来的好处就是做事注重效率，行动迅速。表现型人际风格更需要获得认同，因此他们喜好交际，善于表现，热情洋溢，时尚新潮，灵活创新，缺点是由于过分表现，有时会不合时宜，不注意场合，不讲究细节。友善型人际风格是传说中的老好人，渴望被人接纳，因此他们乐于助人，关爱他人，友善亲和、乐于合作，敏感动情，缺点就是缺乏主见，不能坚持自我，口头禅经常是随便，都好。分析型人际风格做事谨慎，条理清晰，缄默少语，确保正确，注重细节。从人际风格的特性能看出分析型站在了表现型的对立面，友善型站在了控制型的对立面。其实无论是哪种人际风格，都没有绝对的好

与坏，也没有绝对的十全十美。扬长避短，识别别人并因此采取相应措施去投其所好，才能更好地沟通。

举个例子，作为财务部会计，工作中经常会遇到严谨、不苟言笑的审计人员，以前我总觉得人与人之间距离远，沟通困难，工作上无从下手。

通过骨干训练营《赢得信任的沟通技术》课程的学习，我认识到审计人员大部分偏控制型人际风格，而我自己偏友善型人际风格，两种对立的人际风格，刚开始沟通往往没那么顺畅，弹性是解决冲突和促进和谐的关键工具，我应该从双方共同点入手，考虑双方的需求，进而促进双赢，而不是只寻求满足单方面的需求。审计人员与我的共同目标就是高质高

效地进行财务审计工作，及时回复解决审计人员提出的问题，根据审计人员列出的整改措施尽快做出有效应对，保障公司顺利完成并购任务。基于共同的目标，对方又是控制型人际风格，直接了当，就事论事，明确目标再细化分解具体工作会是最有效的沟通方式。时间紧，任务重的情况下，我们更应该接受并体会他人的感受，倾听对方，问开放式问题，想想是否有其他方式或选择，找到彼此认同的观点，总结并提出互相有利的承诺。

最后，感谢公司提供骨干训练营这个平台，感谢公司给予这次提升自我的机会，让我能够发挥特长不断成长，理论联系实际，在一次的工作沟通中积累经验，我将全力以赴贡献个人力量，为公司的发展尽个人所能。

财务部：严梦佳





锡山三建 2021 届骨干训练营

地址：无锡市锡山区锡北镇锡港西路 107 号

电话：0510-83791637

传真：0510-83791637

E-mail: xssj@xs-sj.com

公司网址：www.xs-sj.com

邮编：214194