



图为考核中,该部战士进行蒙眼油料识别。



图为考核中,该部军医对伤员进行战伤救护。



图为考核中,该部炊事员正在烹饪菜肴。(图片均由西藏军区某部提供)

## 以考促训 以比强训

——西藏军区某部组织开展重点行业专业考核

本报拉萨讯(记者 王香香)为全面检验后勤保障队伍实战化训练水平,提高保障能力,5月19日,西藏军区某部组织开展重点行业专业考核,来自基层各单位的100余名参赛人员同台“竞技”,奋勇争先。

记者了解到,此次考核为期2天,共11个项目。涵盖烹饪、油料、仓储、医疗、护理、装备维修和汽车驾驶等。考核分为理论和实操两部分,每名参赛人员可以从题库抽取2个项目的实操科目,在考官全程监考下有序完成。

19日早上,在汽车驾驶实操考核场地,参赛人员实力上演“人车合一”。来自昌都某部的军士陈柏伶作为第一个选手开始比赛。面对“N”字形路、“S”形弯、直角转弯、限制区域掉头等一系列考核科目,陈柏伶驾驶运输车流畅应对,表现优异。考官一丝不苟地观察、记录,不漏掉任何一个细节,以时间和每项内容完成情况评定成绩,检验选手专业技能水平。

“时间就是生命,生死就在毫厘。”医疗、护理考核中,参赛人员按照流程进行战伤救治和护理技能比赛。西藏军区某医院护士赵雪桐抽取的题目是“男病员导尿管”和“单人心肺

复苏”。在考核“单人心肺复苏”科目时,清除口腔异物、胸腔按压、人工呼吸,赵雪桐动作干净利索、忙而不乱。赵雪桐在其所在医院多次被评为优秀护士、岗位能手,完成考核后,她告诉记者:“这些考核项目我们在工作中经常面对,压力不是太大。但能和这么多战友一起同台竞技,感觉还是很不错。”

炊事员也是战斗员,烹饪考核成为此次活动中最“火热”的存在。完成专业理论考核后,参赛人员需要分别在30分钟、60分钟内,完成小锅菜制作、大锅菜制作和主食制作,并要求在卫生、刀工、菜品色、香、味、形、口感等方面有卓越表现。

保障力关乎战斗力生成,一场考核让大家踊跃“亮剑”,达到了以考促训、以评促备、以比促练的效果。西藏军区某部干事林翔介绍:“针对考核结果,计划在‘七一’前后进行表彰并召开事迹报告会,让优秀选手分享自己的个人故事。”

下一步,该部将以此次考核为契机,认真总结经验和不足,固强补弱,全面提升后勤保障人员业务能力,为圆满完成各项应急救援任务提供强有力的支撑。

## 拉萨出入境边检站开展“心理成长 为爱幸福”心理健康沙龙活动

本报拉萨讯(通讯员 王亚玲 记者 赵文慧)为加强民警心理健康建设,提升民警家庭幸福指数,近日,拉萨出入境边防检查站邀请公安全部心理健康服务专家库成员、常备力量第二总队心理健康战训队队长叶苑,开展“心理成长 为爱幸福”主题心理健康沙龙活动。

活动现场,叶苑突破传统授课模式,综合运用现场辅导、问卷调查、情景卡分组讨论、专业心理测试及典型案例剖析等多元化形式,引导民警从心理学视角深度解析婚姻关系内核,助力树立科学婚恋观。

同时,叶苑精心设计互动小游戏,组织民警围绕相关真实案例展开交流,鼓励大家分享婚姻感悟。在轻松热烈的氛围中,民警们深入审视内心,反思婚姻家庭矛盾,切实领悟沟通的重要意义,进一步明晰两性心理差异,掌握化解婚姻矛盾的实用方法。

此次心理健康沙龙活动以互动式、启发式教学,打破“单向灌输”的传统模式,引导民警重新认识婚姻本质,掌握婚姻沟通的全新法则。参与民警纷纷表示,活动虽时间紧凑,但通过深度思考与积极参与,不仅深刻领悟婚姻家庭的内涵,更学会运用科学方法处理夫妻矛盾,为构建和谐稳固的家庭关系筑牢根基。

此次心理健康沙龙活动,充分彰显拉萨边检站党委对民警职工的深切关怀。下一步,该站党委将持续深化暖警爱警工作,高度重视心理健康服务,不断完善“思政+心理”工作机制,加大资源投入与工作统筹力度,常态化开展心理健康科普讲座,全方位提升民警心理健康知识水平与心理调适能力,为锻造高素质移民管理队伍提供坚实保障。



图为民警们正在认真交流讨论中。  
通讯员 王亚玲 摄