

记者探营

按新大纲施训以来,第73集团军某旅以“读秒”状态加强战场心理调控训练——

# 给战士一颗“勇敢的心”

■本报记者 武元晋 特约记者 赖文湧 通讯员 徐 鹏



第73集团军某旅心理行为训练场,官兵正在勇敢穿越火场。  
徐 鹏摄

“秒”状态加强战场心理调控训练,以最快时间建起专业心理抗压训练馆,联合地方开发出生命体征及情绪识别系统,将战场心理调控训练纳入周计划、月考评……同时,他们还利用战术演习、实兵对抗等时机,将战场心理调控训练融入战备拉动、机动集结、战斗实施等环节,实现平时训练与战时运用的有效链接。

走进该旅室内心理抗压训练馆,记者和刘鹏一起体验了一次“心理闯关。”穿戴上心脏传感器、呼吸传感器和脑电波探测仪等专业设备,顿时感觉“高大上”。负责数据采集的上等兵陈志斌告诉记者,这套高科技装备可以对心率、呼吸、脉搏等10多种生命体征实时采集,通过数据分析实现对紧张、恐惧、愤怒、沮丧4种情绪状态的监测识别。

黑暗中突然响起爆炸声,封闭的斗室内弥漫着刺鼻的气味,爬过20多米长逼仄的通风管道时,记者紧张得几乎能听到自己的呼吸和心跳……和刘鹏一起闯过逼真模拟实战化环境的8个关卡,我们用时不到10分钟。然而系统实时记录的数据却暴露了我们慌乱的内心:心率、血压等各项生理指标均呈现跳崖式波动,这表明我们的心理调控能力没有过关。

“如果这是一场考核,你们的成绩是不合格。”陈志斌把我们这次“闯关”判定为失败,理由是没有完成关卡任务。比如拆除“被俘”战友身上的定时炸弹、为“断肢”战友包扎伤口……这些任务都因为我们的心理恐慌没有完成。

“良好的心理素质不是一天练成的。”刘鹏经历这次体验后树立了信心,“经过这样的训练,我一定会练就一颗‘勇敢的心’,当一名勇敢的战士,下次参加演习肯定更加得心应手了。”

前不久,该旅组织机降训练,在突遭火力阻击的情况下,官兵们临危不乱,组织有序,快速完成低高度悬停索降,并熟练运用多种离机方式将重武器顺利运抵地面,落地后迅速展开战斗队形并成功破“敌”拦阻。

作是我,也会害怕。”对未知环境的恐惧,是人的本能。去年,东部战区陆军某基地对首期1300余名新兵进行5轮心理评测。通过筛查发现,有少数新兵出现自卑、孤僻等心理障碍;有部分新兵属于内向型性格;还有部分新兵不同程度存在恐高、晕血、抗眩晕能力较差等症状。

“没有人天生拥有‘强大心脏’,我们所要做的就是通过科学的训练,培养官兵良好的心理素质,促进部队战斗力生成和发挥。”旅政治工作部主任韩鹭说,练兵要突出强心训练,讲究科学性。

新大纲施训以来,他们立刻以“读

“冲上滩头的那一刻,我的心还在怦怦地猛跳。”

7月的一个暑夜,第73集团军某旅二营火力连列兵刘鹏谈及去年参加的某重大演习任务,对这一幕情景记忆深刻。当时坐在闷热的登陆艇舱内,身边不少战友都因为晕船头昏脑涨、呕吐不止。从小生活在江南水乡的他并没有这么强烈的生理反应,他的压力来源于内心:“黑暗中,爆炸声、轰鸣声冲击着耳膜,不知道下一秒会发生什么。”

聊起这段经历,刘鹏还有些不好意思,担心记者会认为他胆子小。轻轻拍拍他的肩膀,记者笑着回应:“换

一线直播间

## 高原驻训夜 战士轻松过

■曹志国 李天齐

盛夏夜,青藏高原腹地某野外训练场上寒风刺骨。第83集团军某旅勤务保障营营地前,一场特殊的夜间训练正在开展中。

该营领导告诉笔者,他们不久前刚进入高原地区展开适应性训练,恶劣的自然环境以及紧张的训练节奏让不少官兵心理上承受了较大压力。为此,他们决定组织一次心理行为训练,通过做游戏的方式帮助官兵调节心理压力。

训练的第一个内容叫“众志成城”,它要求四人为一组围成一圈,背对背坐在地上,在不用手的前提下协力站起来,此后在此基础上增加人数,每次增加2人直至10人。“这有啥难的,看我的!”听完游戏

规则介绍,几名战士自告奋勇打报告出列。

当大家围坐在一起却发现看似简单的规则操作起来却没那么简单:站起来的过程中,几个人需要始终保持互相借力的状态才能完全站稳,劲用不到一块就很容易“翻车”。通过不断尝试,依靠良好的身体素质 and 团结协作能力,大家很快完成了挑战。

“刚才的游戏只是热身,下面这个项目更加具有挑战性。来,上道具!”教导员陈豫鄂用略带神秘的口吻说道。朝着教导员手指的方向看去,只见几名战士拿着几枚模拟地雷走了上来。“难道是要练习挖地雷吗?”大家眼神里透着疑惑。

“这个游戏叫‘穿越雷区’,考验战友间的协作精神和默契程度……”陈豫鄂讲解完规则,下士陈纵宇和上等兵罗长鸣作为“尖刀”组率先进行了尝试,结果初战失利、当场“阵亡”,惹得大家哈哈大笑。其他战友从他们身上吸取教训,纷纷制订“作战方案”,不少人通过运用正确的战术战法完成了穿越。

接下来,“信任背摔、合力攀登、通过电网”等心理游戏轮番进行,一声声爽朗的笑声、一阵阵兴奋的欢呼在夜空中持续回荡。不少官兵感叹,这样的心理行为训练不仅有效调节了驻训期间的紧张节奏,还增强了战友间团结协作的合力,达到了团结紧张、严肃活泼的效果。

### 陆军某边防旅五营十七连

## 列兵考官走上考核场

针对这种新情况,在连队党支部会议上,指导员牛岩坡建议:可以适当选用成绩突出的年轻同志担任考官,对个人来说,是一种鼓励和认可;对连队来说,可以激发其他同志的训练热情。

列兵考官走上考核场,在连队营

造了你追我赶的训练氛围。中士倪顺开感慨道:“现在新同志都当了考官,我们这些老骨干更要努力提高训练成绩,做好榜样!”在该营组织的本月月考中,十七连成绩优异,尤其在通信装备器材使用课目上,优秀率大幅上升。

## 基层官兵@新时代·我与强军目标同行⑥

# 从“空军蓝”到“海军蓝”,一路勇敢追梦

■海军舰载航空兵某团团长 徐 英

**人物小传:**徐英,海军舰载航空兵某团团长,第一批舰载战斗机飞行员。被表彰为全军学习成才先进个人,荣立一等功1次、二等功3次、三等功2次。

“做勇敢的追梦者”,这是我在宿舍的牌匾上写下的一句话。每次飞行训练结束,带着满身疲惫回到宿舍,这句话总是让我涌起不竭的动力。

舰载战斗机飞行员被形象地喻为“刀尖上的舞者”。5年前,海军舰载航空兵部队正式组建,我作为首批选调空军的舰载战斗机种子飞行员,开启了光荣而又艰辛的追梦之路。取舍之间,我没有丝毫迟疑,毅然选择由“空军蓝”变“海军蓝”,成为一名舰载战斗机飞行员。

舰载飞行操纵方式不同于普通飞行,要想掌握操纵要领没有任何捷径,只有日复一日地苦练细磨。驾驶十几米长的庞然大物精准稳稳地降落在航母甲板上,更需要飞行员不断雕琢技艺,精益求精。

从零开始所要忍耐的寂寞是常人难以体会的,但凭着一股“啃硬骨头”的劲儿,我和同批次的战友们先后辗转多地

参加多型飞机的改装和战术训练。经过成百上千次陆基模拟和寻绕舰训练,我终于取得昼间航母飞行资质认证,成为一名合格的舰载战斗机飞行员。

梦想之所以称为梦想,是因为逐梦的道路并非一帆风顺。那年,组织让我担任团长,成为这个团队的领头人。角色的转换让我深感重任在肩,真是一秒也不敢松懈。那时,团里骨干力量少、课目难度大,飞行员队伍建设面临重重困难。

“玉经琢磨多成器,剑拔沉埋便倚天。”我在心里暗暗激励自己,一定要顶住压力、迎难而上。那段时间,我一边当战斗员努力提高自身飞行技术,探索舰载机飞行未知领域,一边当教员总结前期经验带教培训新飞行员,终于带领多名飞行员成功取得舰载资质认证,实现了他们的舰载梦。

我一直坚信,从难从严才能训出实战精兵。在一次出海训练中,我否决了原定的方案,原因是课目与实战脱节。很多人表示不理解:“我们初次进入实弹课目,稳当一点不是更好?”

“宁可打不中掉链子,也绝不能降低标准。”后来,我们研究采取贴近实战的

方式组织训练。最终,训练效果达到预期,导弹首发命中。

今年4月12日,南海某海域,我驾驶歼-15战机第一架次从辽宁舰上滑跃起飞,光荣接受主席检阅。南海阅兵后,我又随航母编队出战多个海域,在高风险课目对抗中寻求新的突破。

“四年橄榄绿,十年天空蓝,今日浪花白,再干几十年。”这首打油诗是我一路走来的生动写照。作为第一批舰载战斗机飞行员,我有幸和航母舰载机事业一同成长。我和这支部队一直以奋进的脚步加速赶超,突破一项又一项战斗力瓶颈。前不久,我们成功实现舰载战斗机夜间起降,每一次降落都惊心动魄,但每一次成功都让我们的信心更加坚定。

又一个紧张忙碌的飞行日后,我回到宿舍,一抬眼便是那句再熟悉不过的话:做勇敢的追梦者。一路逐梦,我丝毫不敢懈怠。舰载战斗机发展还有更长的路,更多的困难等着我们,作为一团长,我必须和这支部队一起,去面对更多新的挑战,取得更多新的突破。

(本报记者 陈国全 通讯员 孙 飞 解晓东整理)



Mark军营

### 晒“厨艺”

7月15日,在某海域驻训的陆军第74集团军某旅勤务保障营组织徒步行军战斗体能训练,训练结束后官兵们在海边利用单兵炊具进行野炊。就餐之前,卫生连官兵晒起了“厨艺”,交流单兵炊具的使用小诀窍。

李永齐摄

带兵人手记

# 小李的新书被我买走之后

■南部战区陆军某海防旅艇艇大队副艇长 何 润

袁枚有句名言:书非借不能读也。意思是说借书读,自己会更有紧迫感,从而鼓励大家借书来读。然而,前段时间,我却差点因借书这件小事越了“微腐败”的红线。

当时我刚到这艘艇上工作,全艇思想骨干正在为战士小李发愁。据他们描述,这名上等兵工作干得马马虎虎不说,性格还十分孤僻,各级干部骨干轮番上前做工作都吃了闭门羹。

经过一段时间观察了解,我发现这个平时不爱与人打交道的小李竟然爱看书,而我正好也是个“书虫”。于是我抱着“以书会友”的想法,时常去找他借书读,交流心得。没想到这一招还挺奏效,几个月下来,小李性格开朗了不少,工作也有了起色,艇里不少干部骨干也都开始向小李借书。

很快,小李便以这样的方式融入到

了集体中。可没多久,小李的班长张明高跑来向我汇报情况:最近这小子买书的包裹一个接一个,这么下去都能开书店了!

买这么多书,根本就看不完,为啥还要花这冤枉钱?借着内务检查的机会,我打开了小李的柜子,里面整整齐齐码满了新书,再看这些书的书名,不就是今年我计划学习的篇目么?这一下,我算是明白了这家伙心里的“小九九”。

第二天一早我找到小李问道:“听说你买了不少书,能不能顺便转卖几本给我,最近实在太忙,没时间去买。”小李欣然答应。“这些书够我今年看的了。”趁着买书时机,我委婉地跟他表达目前不需要再买其他书了。

事情虽然圆满解决,给我带来的触动却颇为深刻。在最近的一次民主

生活会上,我专门把这次“借书事件”拿出来和大家交流。没想到一石激起千层浪,不少干部骨干反映类似情况:有些战士口袋里随时备着一包好烟,瞄准机会给干部骨干递;个别战士打着过节送祝福的幌子,时不时发小额微信红包来增进感情……会后,艇党支部根据大家反映的问题,梳理出了一份“微腐败”苗头清单,下发到每名官兵手中,要求大家对照整改。

一道道危险的“缝隙”被补上之后,全艇风气更加纯正,而且读书风气越来越盛,艇上还专门设置了读书角,鼓励大家相互交流。而小李的新书被我买走后,他的读书和工作积极性不减反增,翻开他看过的书,每一本都写满了读书笔记,所写的读书体会还多次受到上级表扬。

(王 超整理)

营连日志

**本报讯 李政阳、栗栋报道:**上周五,在陆军某边防旅五营十七连的考核场上,一名佩戴列兵军衔的考官格外引人注目。现场,他果断指出多名受考人员的操作错误,表现得十分专业。

“他叫曾茂雄,别看是个列兵,在部队通信兵专业比武中可是夺得了第一名。”连长晋明杰介绍,“选择优秀列兵当考官,是我们连改变考核方式、提高训练成绩的新办法。”

据了解,以往该连组织考核,考官大多由固定的几名老士官担任。然而,随着兵员素质的提高,许多新兵战士专业进步很快,特别是大学生士兵,喜欢动脑思考、善于总结创新,在通信等专业方面甚至比老士官还要技高一筹。

