
晨光

Chenguang



DAYANG大陽

总刊第七十七期

二零一九年第二期 (季刊)

深圳大阳晨光编辑部





大 阳 《 晨 光 》 编 辑 部

顾 问：林淳汶

主 编：谭雪林

副 主 编：彭淑芳

编 委：何勇惠 邓自生 金巍蓉

周 宇 易红霞

美术编辑：彭淑芳

目 录

| | | |
|--------|-----------------|-------|
| 【卷首语】 | 多雨的季节----- | 1-2 |
| 【大阳风采】 | 最美大阳人----- | 3-5 |
| | 周二哈----- | 5-7 |
| | 一个值得敬佩的人----- | 7-9 |
| 【大阳变革】 | 变革的春天----- | 10-12 |
| 【照片集锦】 | 照片集锦----- | 13-20 |
| 【情感世界】 | 荷----- | 21-23 |
| 【感悟人生】 | 婆婆也是妈----- | 24-26 |
| | 笑走人生坎坷路----- | 26-29 |
| | 与挫折抗争----- | 29-30 |
| 【随感杂谈】 | 父母是孩子最好的老师----- | 31-34 |
| | 浅谈家庭教育----- | 34-36 |
| | 重视孩子的教育与培养----- | 36-39 |
| | 我的教育观----- | 39-41 |
| | 为孩子们减负----- | 41-43 |
| 【我爱大阳】 | 从制造大飞机想到的----- | 44-46 |
| 【七彩生活】 | 小龙虾----- | 47-49 |
| 【诗歌拾贝】 | 心路----- | 50-52 |
| | 成长的人生----- | 52-53 |



卷首语

多雨的季节

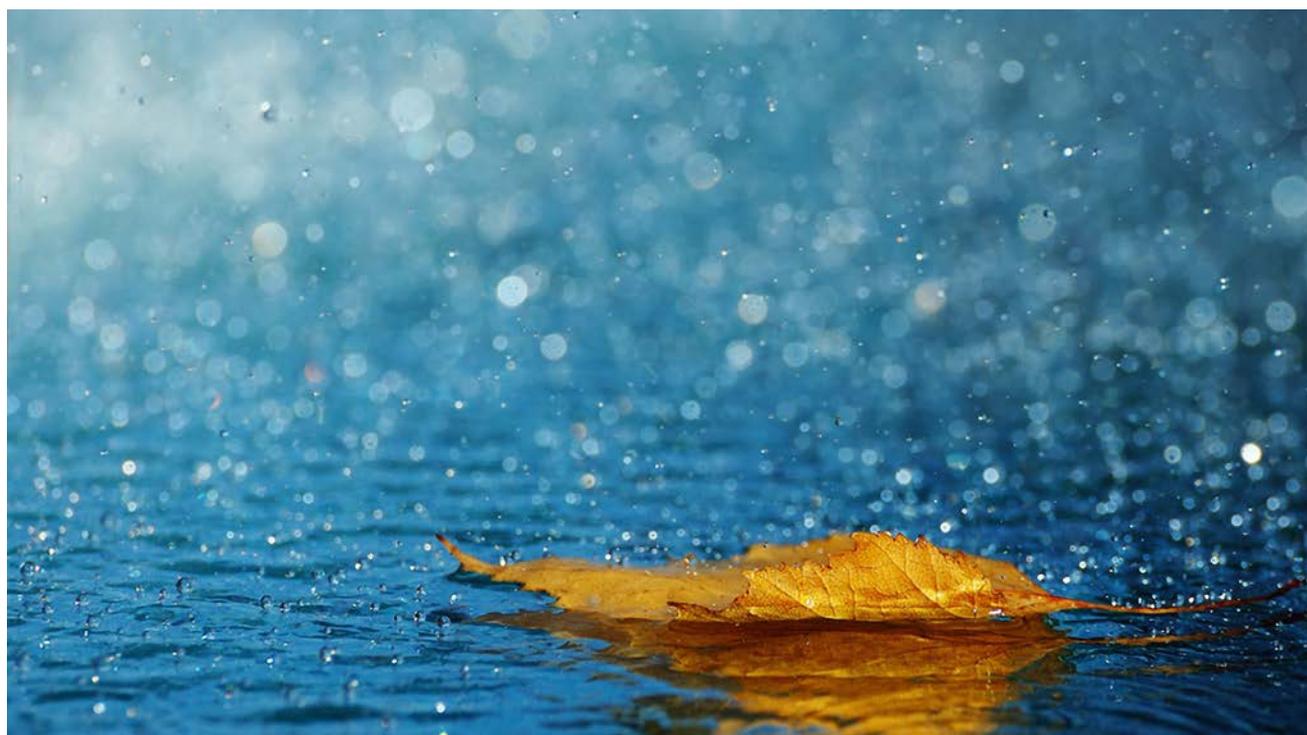
谭雪林

4到6月真是多雨的季节，浑然不知，一场大雨，就悄然而至，早晨起来，还是阳光明媚，一到中午，天就变得阴沉起来，才走出办公室，迎接我们的不是丽日晴天，而是狂风暴雨。暴雨就是这么肆无忌惮，我们也常常中了它的圈套，起初是一点小雨诱惑你，中途突然大雨滂沱，你无处可藏，只能暗暗叫苦，惊呼：“上当了，上当了。”

天气就是这样的反复无常，就好像人的心情一样，不高兴的时候，给你阴沉着脸，高兴的时候立马给你变出个太阳。最怕早晨下雨了，因为要赶着时间上班，每天早晨的时间可是卡着表的，如果下雨，小雨到无所谓，要是下大雨，麻烦就大了，撑把雨伞吧，雨还是从四面八方钻进来，一定要把你的衣服淋湿才罢休，你没有那么多时间与它周旋，你也没有那么多的耐心去等，你紧张兮兮的，生怕再过2分钟，你就要迟到了。在迟疑和犹豫之间，你毅然决定往前冲，因为积极的心态激发了你的斗志。

天总是这么不规则的变化着，要么大雨倾盆，要么骄阳似火，有种从冬天直接到夏天，或者相反的感觉，埋怨也没用，诅咒也不解决问题，天仍然是我行我素，雨和太阳似乎总是在变着法子在戏弄着你，但只要你不惧怕它，它也就无计可施。下雨天，地铁不是这照样开吗？公路上的车也不见得少啊？大太阳天，大小梅沙不也到处都是人山人海吗？关键是看有没有克服困难的

勇气，在勇者面前，困难其实也是渺小的。



他——大阳电工的技术工匠

云淡风轻

戴着眼镜，一脸斯文，讲起话来和声和气，表面看起来白面书生一个，但实际内敛稳重，满腹才华，德才兼备，技术、品管、设备样样精通。说到这里，相信大家都能猜到我今天要讲的这个人是谁了，不错，他就是我们大阳电工技术部的技术工匠——贺金部长。下面就以我个人的经历来认识认识我们的贺部长吧。

一、脾气好，乐于助人 2012 年我加入了大阳公司，是电工技术部的



一名工艺员，贺部是电工品管部的部长，感觉这个人不怎么发声，比较安静，平平淡淡，站在人群里估计都很难发现。彼时贺部已经入司 14 年了，大阳公司名副其实的老人，但对我们这些新人很友好。很多工艺技术和品质问题都不懂，请教他时，他是知无不言，言无不尽，而且态度和蔼；7 年以来，从没见他发过脾气。这样的一名技术骨干，想必是不苟言笑，严肃认真。但时

间一长，我才发现贺部其实也经常幽默一把，妙语连珠，如“大阳 F4”、“武林高手”、“微服私访”等等。总之，时间长了，你会觉得他一点架子都没有，风趣而又非常好相处。

二、工作认真负责，执行力强

2014 年贺部调到技术部当主管，是我的主管上级，从这时开始，我对贺部的了解逐渐加深。长达 5 年的相处，最值得我学习的地方就是工作责任心强，执行力强，真正履行了“大阳是我家，我为自己干”的工作理念。公司实行变革以来，多次



获得《制造分线周工作 PK》、《公司周总结工作评比》、《公司周执行力评比》的奖励；2018 年底他个人更是获得了《变革闪耀之星》的殊荣。

三、技术能力强，任劳任怨

贺部起初是设备主管，之后做品质主管，接着做技术兼品质主管，后来做品质主管，再后来又做技术主管，每一次的调动贺部都是积极响应，干一行，爱一行，干一行，精一行。多部门的调动和磨练，使贺部成为了我们大阳公司的百事通和技术专家；他研究问题全面、谨慎，制订措施接地气，能有效的解决各种技术难题。光是最近这几年在技术部就硕果累累，解决了 5G 高频绞线、无锡灰中镀线等多个技术瓶颈。针对工艺和技改项目，始终围绕以工作效率和品质提升为前提，强调以降低成本和员工劳动量和劳动强度为目标开展。另外贺部主导的《技术部 2019 成本管控》措施有效，效果显著，真正实现了降本增效。如精锡的管控，2019 年前 2 个月仅累计锡耗率就由去年的平均 0.753%，下降到今年的 0.58%，保守估计节省 4 万元以上。

四、会带团队 贺部作为技术部的主管，做事的时候总是身先士卒，自己带头干；管理他人则注意方式方法，以理服人；对于工作任务，布置、检查、指导时环环相扣，部门人员无不是心服口服。去年下半年以来，公司实行变革，部门及个人任务增加了很多，贺部带头加班，基本每天晚上到9点、10点，而且一坚持就是好几个月，技术部的其他同事见状也是争先恐后，努力拼搏。截至目前为止，在贺部的带领下，技术部圆满的完成了项目组老师和公司领导下达的各项任务，并在2018年底获得了公司颁发的《最佳执行力团队》奖。

天道酬勤，厚德载物。贺部21年来践行着这两句至理名言，践行着大阳精神，践行着社会主义核心价值观，实乃行业楷模，岗位标兵，值得我们每一个大阳人学习。

周二哈

彭淑芳

其实好多同事一看到二哈这个名字就知道本期的主人公是谁了，因为好多人都知道他喜欢用哈士奇狗的图片做头像，也经常发一些哈士奇的表情包图片之类的，所以我们都戏称他为二哈，而二哈同志的真身便是现任电工营销部业务经理的周宇。

周宇是湖南宁乡人，高中毕业之后，怀揣着对未来生活的向往南下广东打工，也曾其他地方上过班，最终在2009年，经老乡介绍刚刚20岁的他来到了大阳。一入大阳便是大阳人，如今他已经在大阳待了10年。初入大阳他是来到通用的漆包班，做操作员工，在2015年3月1号，操作熟练，技术过硬的他被任命为漆包班长，2017年1月1号又由漆包班长提任为管理职员，

随后又经历了从人事专员，到了现在业务经理的岗位调动。秉着做好每个岗



位工作的想法，每个岗位他都用心用力，顺利过渡。

现任业务经理也给他进步的空间以及锻炼自己的机会，与领导的有效沟通，与内部的紧密联系，与客户的关系处理，让他不断的提升着自己的沟通以及处事能力，业务能力也不断的提升，在完成2019年电工营销战略目标中奉献自己的能力，也蜕变的越来越成熟。

性格开朗的他与同事们都相处的很好，平时休息的时候闲不住的也喜欢跟朋友组队出去玩，爬山、看海等等。安静下来的他也是公司《晨光》编辑部的一个笔杆子，几乎每期都能在《晨光》上欣赏到他的文章，幽默、有趣的写作风格，是他独一无二的标签。

工作中他兢兢业业，认真负责，而私底下也有着他的另一面，他基本上是元旦舞台上的常客，每年他都会参与元旦晚会的演出，在舞蹈、小品的节目中都能看到他的身影。排练时候有他是最热闹的，他总能调动大家的气氛，插科打诨，让大家在笑语声中度过排练时光。排练时候的打闹嬉戏，一点都没有影响他在节目中认真出色的表演，他参加的节目也多次选为当年最受欢迎节目，所以每次到要开始组织排练节目的时候，他总是演员的首要人选。

现在想想，其实我都已经忘记因为什么缘故认识他了，可能是因为他经常在元旦晚会中的表演，也有可能是因为周围认识他的人提及，只是慢慢对他熟识起来，后来更是机缘巧合下成了他的酱油师傅，对他的了解也更加立体，

肯定他确实是个好同志。

现在作为办公室的最后一只大龄青年单身汪，他的个人大事也是备受大家的关注，大家都热心的给他提供各种渠道介绍女朋友，可能是缘分未到，一直也没能解决个人问题，所以也在此呼吁下，希望大家有合适的女孩子可以介绍给他，让他尽早脱离单身队伍。



一个值得敬佩的人

黄金波

一个令我尊敬的人，在我的脑海里，有许多人值得我佩服。我们公司的老表就是其中之一，他真名叫做彭建军，因为和蔼可亲的性格，所以大家都亲切的称他为“老表”。大家有事找他时喊一声“老表”，得到的一定是老表回以一个亲切的笑容，可以让人心情瞬间愉快。时间回到了1998年的3月，此时的他还是一位稚嫩的少年，那时候正值南下打工热潮，无数年轻人怀着对美好生活的憧憬南下追梦。老表也是其中的一员，怀着理想，带着激情，毅然坐上了一辆南下的汽车，来到一个陌生的城市-深圳。

老表来深圳进入的第一家公司就是我们的大阳，20多年以来，从一而终，未曾改变。从当初的赤子之心，到现在的坚如磐石，我们看到的是老表身上

不屈不挠的精神。正是因为有着无数像老表这样的人默默的奉献着自己的青春年华，挥洒汗水，贡献智慧，我们的大阳才会不断发展壮大。越努力的人越幸运，人们常说：吃得苦中苦，方为人上人。为自己的目标而努力，即使最后没有成功也不后悔，既无愧于心，也不枉此生，这就是对老表工作 20 多年最好的诠释。老表身上这种扎根大阳，无私奉献的精神感染着身边的每一位同事。

每个人的一生都会遇到很多的选择，生活对于老表同样如此！站在人生的十字路口他不是没有犹豫过，也不是没有过彷徨！曾经有人开出更好的待遇，提供更好的工作环境，让他选择跳槽，面对诱惑，老表始终不为心动！有人问他：你二十多年如一日的坚持为的是什么呢？老表的回答很简单，因为我热爱大阳，热爱大阳的一草一木，热爱自己脚步曾经到达大阳的每一寸



土地。有种情怀叫牵挂，舍不得离开身边的每一位同事，更加无法割舍对大阳的那份情。

炎炎夏日悄然来临，对于通用漆包的车间的每一位同事来说都是一种艰难的考验！顶着 35 度以上的高温，身体多动一下，就能够让人汗流浹背！每当此时，我们总能在车间看到老表忙碌的身影，通退火管，清理机台，检查机器，哪里需要哪里就有老表在。汗水浸湿了他的衣背，灰尘染黑了他的衬

衣。夜深人静，当大家都在熟睡的时候，突然一个电话惊醒了熟睡的老表，电话里传来熟悉的声音：老表，我是 xx，机台出现故障了，麻烦你来调整一下。疲倦的双眼虽然让人很唏嘘，但那种深深的责任感让老表以最快的速度起床穿好衣服，然后来到了公司。一忙就是几个小时，有时候甚至忙到早上，虽然感觉身心俱惫，可是第二天老表仍然会坚持上班。很想问一句：你累吗？多想对他说一声停下来歇一歇，却始终看不到老表停下来歇息的脚步。

一个人的工作也许可以平凡，但并不代表我们能否认他们做出来的成绩很伟大！夜晚 10 点的腾讯大厦依旧灯火通明，深夜 2 点的出租车司机依然穿梭在各个街头，凌晨 5 点清洁工人们并起来开始了清扫街道的工作。哪个岗位不累？又有哪份工作是轻松的？让我们向伟大的劳动人民致敬！



变革的春天

谭雪林

变革的鼓点打破了太阳多年的寂寞，从抱着观望的心态到慢慢接受，到主动参与，太阳走出了一条变革的新路。原来许多看似简单的问题，在部门之间相互推诿，相互之间踢着皮球之后，不知不觉也就成了难题，人们对太阳的未来也是充满困惑，满脸狐疑。有的员工存在着“各人自扫门前雪，休管他人瓦上霜”的心态，多一事不如少一事，事不关己，高高挂起，不敢管事，不爱管事。有的员工存在着出工不出力，人浮于事，当一天和尚撞一天钟，得过且过的心态。太阳失去了往日的激情，像一艘没有动力的航船在大海中慢慢飘泊。通过变革后，员工的积极性重新燃烧起来了，员工的胆子变大了，从原来的不敢管事，不爱管事，到现在的敢于管理，敢于担当，员工的思想状态发生了根本性的转变，敢于呈现错误，敢于纠正错误，敢于解决问题，太阳这坛老酒又焕发了青春，太阳这艘大船又重新加足了油，卯足了劲，沿着正确的航道快速航行。

变革以来取得了许多突破，材料采购价格降低，胶轴有了新的检测检验标

准，生产中去挑选胶轴的时间少了，生产中断轴的次数少了，运输线路不断优化，共享运输达成了共识。向



管理要效益，向管理要质量，向管理要成绩的措施落到了实处，管理越来越细，解决了许多过去长期想解决而没有解决的问题，队伍运行更加有效，工作质量明显提高。部门开会的次数都多了，会议是解决问题最有效的途径，在会上可以提出各种各样解决办法，会议更加务实了，执行力度加大了，会议的决定到底有没有执行，执行的结果到底怎样，必须以专业的报告呈现出来，必须要看到实实在在的结果，再也不能蒙混过关，再也不能沓了事。公司的战略目标就是开源节流，增收节支，微信这个平台在变革中发挥着重要的作用，成为了信息管理的工具，利用智能化的手段和现代信息技术的进步对企业进行管理，通过变革，大阳的管理水平有了新的突破。



变革不断向前推进，公司出台了公司愿景和公司使命，促进公司向着更高的目标攀登，部门自主管理的意识提高了，班组管理的积极性增强了，产品的错规，退货率与产品氧化率，废品

率这些指标都得到了有效的控制，通过一系列的变革，打造出充满活力的现代化的企业。绞线产品市场占有率有了进一步的提升，16949项目进展顺利，成本不断增长的势头得到了有效的遏制，企业盈利空间增大，企业从危险的边缘上被拉了回来，走上了良性循环的正轨。变革以来所取得成功的经验和事实证明，变革是大阳发展和创新的有效途径，大阳的变革初战告捷。在大阳人的努力下，越战越勇，不断地取得新的突破和成功。事实再一次证明，当危机到来的时候，不能听天由命，不能守株待兔，也不能束手无策，坐以

待毙，要有敢于突破困难的勇气，要善于寻找突破口，要敢于创新，敢于突破，这次大阳能摆脱困境，就是敢于变革的结果。

大阳所取得最大的成果就是发挥了集体的力量。各条战线，各个部门，各个班组都成为了变革的主力军，一个个充满活力的小团队登上了变革的大舞台，大阳的变革因此而充满着强劲的生机和活力。领导层加强了对变革的领导，董事长对变革深切关怀，常常工作到深夜，对大阳人在变革中所取得的成果不断进行鼓励和肯定。董事总经理林淳汶也是早出晚归，亲力亲为，在变革中做出了表率，起到了良好的带动作用。正所谓一花独放不是春，万紫千红春满园，只有把各个部门，各班组的力量充分调动起来，发挥出来，才能最大的解决束缚人们心中的桎梏，才能最大的释放生产力，大阳正朝着这个方向努力，朝着这个目标前进，一个姹紫嫣红的大阳已呼之欲出，等待大阳的将是生气盎然的春天。



大阳变革回顾

董事总经理林淳汶先生常常是早出晚归，亲力亲为，经常是开完了这个会，又跑着去参加下一个会，始终保持着激昂的斗志和饱满的精神状态，在变革中做出了表率，起到了很好的带动和示范作用。



在二楼会议室召开的变革周会议，朗读誓词成为会议一个固定的仪式，催人奋进誓词在会议室久久地回荡，经久不息，鼓舞人心，更加坚定变革者的信心。为了大阳的变革成功，大阳人意气风发，全力以赴。



制造中心是公司产品制造的中心部门,变革以来,制造中心对产品氧化发黄、微拉生产效率低下,废品率超标、排线不良等多个项目进行专项攻关,取得了显著的成绩,半成品和在制品的控制目标也不断刷新,为公司战略目标的实现提供了坚实的保障,在变革中制造中心加强了部门之间的协调性和联动性。



会议是解决问题最有效的途径,一次次会议把变革的进程一次次向前推进,裸铜线氧化是困扰公司的老大难问题,涉及部门广,要求协作程度高,如何防止产品氧化,有关部门召开了专门的联动工作会议,采取群策群力,紧密配合,严防联控等措施,把产品的氧化控制在最低水平。



财务部是公司“增收节支，开源节流”的一个重要的职能部门，也是验证变革成果真金白银的一个权力机构。如何适应变革的要求，做好数据统计和数据分析，真实地履行变革所赋予财务部门的职责，财务部门敢于接招，措施得力，采集了大量的原始数据，建立了一套行之有效管控办法，并对变革的成果进行数据核对，在变革中提供了强有力的数据支撑。



排线方面，一直是大阳的弱势项目，成为困扰产品质量一个短板，借助变革的东风，技术部对这个难题进行攻关，这是大阳电工技术部邓自生现场讲解，培训室里座无虚席，员工们认真倾听邓课长形象生动的讲课，对如何提高排线质量有了新的认识和理解。



行政部的采购成本也是大阳变革战略目标“降本增效”的一个重点，围绕着这一目标，行政部制订了切实可行的措施，并付诸落实，取得了显著的成效，每月降本目标的完成率都达到了 100%以上，车队线路优化，货运共享达成共识。



16949 项目是公司布局 5G 网络和新能源产品的一个新的战略增长点，在董事总经理林淳汶的推动下，此项工作正有条不紊地开展，按照公司的预期目标推进。随着公司新战略目标的实施，大阳又将迎来大阳发展的新高潮。



在变革中前进

深圳大阳集团 2018-2019 年管理变革总结大会于 2019 年 5 月 14 日在大阳公司二楼会议室隆重举行，大阳集团董事长林木坤先生率领的大阳变革团队和远大方略大阳变革项目组成员参加了会议。



在会议上林木坤董事长代表大阳集团发表了重要讲话，董事长指出，远大方略大阳变革项目组的工作虽然已经结束，但大阳的变革才刚刚开始，远大方略为大阳的变革打下了良好的基础，大阳人要继续发扬团结协作的精神，以变革为动力，再接再厉，建设好新大阳。



变革以来，各部门都有收获，在表彰会上，大家都抑制不住心中的喜悦，上台展示变革以来所取得的成绩，用一张张形象的图表，一组组跳动的数据，丰富多彩的语言向领导和同事们汇报变革的战果，以及对大阳美好的明天的期待。



在变革中，涌现出了许多可歌的可泣先进事迹和优秀进个人，会议室里，经常是灯火通明，加班加点成为工作的常态，人人争先恐后，个个勇往直前，为大阳变革贡献出自己的力量。在总结表彰会上，公司对大阳变革表现突出的先进个人进行了表彰和奖励。



远大方略大阳变革项目小组段老师作了总结发言，对大阳在变革中所取得的成绩进行了肯定和鼓励，也对大阳后续自营运管理提出了一些有益的建议。



会上，董事长林木坤先生向远大方略大阳变革项目组授予了“尽心尽责，服务周到”的锦旗。



几个月来，远大方略大阳项目组和大阳集团变革小组全体成员，志同道合，携手与共，谱写了一曲曲大阳变革的新篇章，变革第一阶段取得了圆满成功，变革组全体人员合影留念。变革的过程是艰辛的，也是痛苦的，但是变革的结果是令人欣慰的，所有的努力都化成一朵朵灿烂的浪花，迸发出飞腾的旋律。只有在幸福的时刻，才会有如此的激动，那些辛酸的泪水，那些伤心的时刻，在这一刻，都化成一片美好的回忆。会议室里一片喜气洋洋，人们被喜悦包围着，簇拥着，是的，只有经历过的人，才会有如此深刻的感受，这是一笔宝贵的财富，值得好好珍藏。从此，太阳开启变革自运营管理的新模式，太阳人将谱写太阳变革的新篇章。



荷

彭淑芳

夏季的到来，让一切都变得炎热起来，出门也开始需要勇气，明晃晃的太阳让除开空调之外的地方都变成禁区。走在马路上，唯有在那树荫下才能避开太阳的照射，暂时获得一时透气的机会。而说起夏天，我便想起了独属于夏天的那一抹绿色——荷。

我老家在湖北，湖北处于位于长江中游，洞庭湖以北，因为水网纵横，湖泊密布，因此又称“千湖之省”。其他地方也我不清楚，但是在我们的村上确实就有不少的小池塘，即有自然形成的天然沟渠，也有特意为了养殖而人为建造的水域。小时候的夏天是没有空调的，除开电风扇，最常见的也就是那一把祖辈都沿用的蒲扇了，除了可以带来凉风，也能驱赶蚊虫，几乎家家必备避暑神器。



农村长大的我们不管热不热的，打个赤脚，不管地上的温度多热都能到处撒欢的去蹦跶，基本上不用一个夏天，人人晒的就像黑面团一样的。纵使天气炎热，我们也能找到不少乐趣，而乐趣的来源便是池塘的荷。

小荷才露尖尖角的乐趣对我们没有多少诱惑力，大家的注意力已经被

其他的娱乐游戏吸引，没有更多的闲情去欣赏初露容颜的它，唯有夏天正热时，已经完全展开容颜的荷叶与清新雅致的荷花才获得我们亲睐。在老家，基本上只有有水域的地方都有荷叶的存在，不论是田间小路的水沟里，还是做水产养殖的池塘，夏天最多的绿色就来着这里。炎热的夏天，让池塘边变得热闹起来，除了早上属于妈妈们洗衣服洗菜的专属时刻之外，剩下的时间都被我们承包了。

池塘边有几棵从我出生开始就存在的大树，枝繁叶盛，给我们开辟了一席阴凉空间，大伙三三两两的搬上竹凉床，就是那种用竹子做成的那个小床，往树荫下一放，看着阳光从树叶间遗漏的星光点点，吹着河水带过来的凉风，听着荷叶间风吹过时的沙沙声，不知不觉间就进入梦乡。

午睡过后的我们精力充沛就开始闲不住了，开始了我们避暑大作战，水性好的就开始下水去玩耍，太阳晒过的河水表层是热的，但是下面一层就是冰冰凉，正好缓解一下酷暑带来的热气，如我们一般旱鸭子的就坐在池塘边，将脚泡在水里，手上开始捣腾刚摘上来的荷叶。挑上几张看的顺眼的荷叶，从中间将荷叶分开，顶上的那一部分散开就是一顶天然绿色的太阳帽，下面的那一截荷叶，把脑袋从中间的空洞穿过去，那就是一串



荷叶链子，我们戏称沙和尚戴法，正是流行西游记的时候，这荷叶串就如同沙和尚的佛珠一样。荷叶埂子也不能浪费了，往深了挖就是藕带，我们土话叫藕哨子，这也是时令的土特产，嫩嫩的口感、微甜的味道，不论是清炒还是凉拌，都能让人胃口大开。

女孩子更多的是喜欢荷花，不论是已经盛开的荷花还是荷花苞，就遭到我们的毒手。荷花苞就摘回去放罐头瓶子里养着，而盛开的荷花的花瓣被我们摘下来放入水中，就如同小船一样，大家争相比赛谁的荷花船能飘的更远。

等到夏天正热的时候，莲蓬也开始初长成了，最喜欢这个时节的口感，莲心还是嫩的，没有苦味，就当小零食，一个人在这边摘边吃，没几下就能吃掉好几个。

现在已经远离家乡很久，陪伴我们度过夏天的就是空调，树荫下的凉风，荷叶的沙沙声，对我们来说已经成为了奢侈，唯有儿时这片绿色的荷塘，成为了陪伴我们儿时成长的永久记忆。



婆婆也是妈

宁容

世界上最难处的人际关系，那就是“婆媳关系”。婆媳原来各自生活在不同的家庭之中，有各自的生活背景、生活习性，而生活在一起，就有一个逐步了解、相互适应的过程。如果适应不良，彼此不能接纳，便会关系紧张，矛盾丛生。

而如今，很多家庭都会出现婆婆和媳妇关系紧张，相处不和谐的事。不久前，一位刚结婚不久的朋友跟我谈起了发生在她和婆婆身上的事：

在没结婚之前看见她婆婆，觉得挺好。是那种只喜欢做事，心肠好，不啰嗦的那种。她很开心，认为自己遇到这么好的一家人。可是自从怀孕后。她开始在网上买一些小孩子的东西，以及自己平时需要的，自然而然快递就多了。刚开始收一两个快递，婆婆也不怎么问。后来，快递越来越多，每次一拿快递回来，婆婆总会问：又买的什么呀？怎么老在网上买，去店里买不好吗？问多了，她也烦了，但不好多说，只有保持沉默。



最近她老公这边的堂嫂也怀孕了，有次来串门，聊到做次产检要花一千来块，被她婆婆听到了。从此以后，婆婆经常会在她耳边念：做检查要花那么多钱啊，以前都不用做什么检查，生出来的小孩一样也健健康康的。她听了，忍不住说：“现在能跟以前比

吗？”之后只要是检查回来，婆婆就会问：“做了什么检查啊，花了多少钱？”

听多了她都不想回答了。

还有，前几天买了个奶瓶，被婆婆看到了，她就一个劲说，小孩光吃奶粉要很多钱，吃不起。她听了忍不住说：不管吃母乳还是奶粉，都要买个奶瓶吧！

经过这些，朋友才真正体会到婆媳关系不是那么好相处，真是门很高的学问。

现如今，越来越多的家庭因为婆媳之间的关系处理不好，经常出现吵架，关系不合的事。仔细想想，其实婆媳关系也并不是那么难相处。我们要做的，就是将心比心，因为婆婆也是妈，试想婆婆含辛茹苦的把儿子抚养成人，现在送给了你。以前的虚寒问暖没有



了，变成对老婆了，确实难接受。很多姐妹都说婆婆只是婆婆。其实婆婆不只是婆婆，她还是你一辈子要一起生活，要伺候的妈。

很多生活中遇到的不愉快的小事，我们要是去理解，去换位思考，很多矛盾也都不会发生了。就比如上面说的这些事，总结出来两点：一、现在越来越多的人开始喜欢网上购物，觉得方便又实惠。但是老人们不知道，过来看看，不是为了检查，而是好奇。或者只是跟你聊家常一样的问几句，并没有责怪的意思，是我们想得太多了！要是换做是自己的妈说这些，也许就会认

为很正常。二、我们现在的生活水平提高了，而她们那个时代，生活水平差，条件不好，吃过很多苦，没有好好享受过生活，一直都是勤俭节约，几十年都是这么生活的，不可能一下子改变想法，跟我们这一代的人一样。

所以年青人要学会相互尊重与谅解，提倡“设身处地”，“己所不欲，勿施于人”，想想婆婆的辛苦和不容易，做到多沟通，往好的方面想。再说，哪个人不会犯错呢？生活中的小事，不认同的，好好去沟通，像跟自己的亲妈一样。也许，会少了很多不愉快的事。那么，婆媳关系，也不会再变得难相处了！

笑走人生坎坷路

陆安妮

挫折，犹如一夜倾家荡产变成穷困潦倒；

挫折，犹如爱情感觉的初萌，只有开始，没有结果；



挫折，犹如经历一场场面试的碰壁，只有委婉的拒绝，没有盛情的邀约。

生活中总是带着一些不顺心，不如意。经历挫折，就像站在风雨中的洗礼，一人撑伞，天雨朦胧，心情灰暗；就像化成秋后黄叶，随风飘曳，无处着落。当今时代，有苟且偷安，生活碌碌无为；有职场滚打，

整天辛苦奔波。前者，逃避挫折，随心而安。譬如更多的学生或年轻人，沉

迷网络的游戏或杂文，忘了本心，心智不坚，损害身心。更甚者便追求歪门邪道，缺乏正确的价值观和道德观。

一念地狱，一念天堂。正确的态度才是面对挫折的方法。智者往往从容不迫，意志坚定，笑对挫折，苏轼说过，古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。谈古论今，我国红军千里踏雪山，横渡铁索桥，唯有此等经历和磨练，才造就了我国红军铁一般的传统血液，血色荣耀。

面对挫折，需要正确认识挫折本身并采取恰当的方法。产生挫折感的原因



包括外在的，有内在的。

无论是内外，都是自身情感受到打击的失落感。我小时候的数学成绩特别好，特别喜欢钻研一些难度高深的题目，不过也不是每次都能解决出来。有一次，遇到一个难度特别

大的题目，我竟然想了一整天，耽误了好几节课的听讲。然后旁边传出了一个胖子得意洋洋的声音跟我说道：“那题目我早解答出来了，很简单的。要不要我给你解说一次啊”。一听，我当然忿忿不平，心里面嘀咕着凭什么我需要你来教我啊。最后，我还是靠自己拼命的运算着，到底有没有靠自己解答出来已经记不清楚了，现在想起来，觉得那时的自己忒幼稚，为什么我不能虚心求教一次呢，所以说，挫折带给我们自己的并不是单单的坚忍，还要清楚，挫折是可以采取灵活的方法来解决的。比如说寻求父母，老师或朋友间一些帮助，跟他们倾诉自身的烦恼，排解心中的郁结，最终相信自己，重拾

信心，激发自身探索创新的热情。

上学的时候会被一些难题、一场考试所打击，那时的我们还可以得到父



母，老师或同学的支持鼓励。然你步入到这社会中，才会明白，自己没有关系，需要独自去寻找工作；没有朋友，需要在新一份工作中接受排斥。从学校的简单朴实到社会

的复杂变化，这是两个不同的阶段，它逼迫着你去改变自己、锻炼自己从而去适应和接受，或者说去挑战和创新。

从毕业典礼的那一天后，我们每一位都要去寻求一份适合自己的工作。不管有无，我进入大阳从事的工作是目前的我做得最长的一份工作也是一份让我感悟颇多的工作。刚进厂那时，车间的环境非常热，我不时会出现一些新手出现的错误，时刻担心这里的疏忽，那里的差异带给同事背后的恶言嘲笑，上级的批评指明。我受伤过，心里挣扎着，想过辞职换一个新的环境，可我不想那么就认输，既然同事们都能坚持下来，那我为什么不能呢？我记住了我每一次犯的 error，并且督促自己改正，我发现改变自己，拥有一个坚韧的心，什么样的挫折，我都可以迎难而上。每一次的风雨过后，我发现自己还在大阳这大家庭里，慢慢的，我心底里发笑。这些小小的挫折算个屁。只要相信自己是可以的，把这些困难和挫折是来考验你的，而不是来阻挡你的，摆正心态就一定能胜任它做好它甚至把它做得越来越好，越来越得心应手。

挫折并不可怕，可怕的是因为挫折，一个人逃避现实，执迷不悟。

挫折并不是结果，它促使人去坦然接受新的变化，新的开始。

挫折并不是拒绝，它只是等你勇敢的伸出手，面带笑容，走出自己的人生路。

与挫折抗争

吕雯

人生的道路曲折漫长，在人的一生中充满了成功与失败，幸福与不幸福等等矛盾，如工作的失败，生活的贫困，家庭的离散等，面对挫折，我们不能消极地忍耐或回避，要寻找克服和战胜困难的有效途径，在失败和不幸面前，我们要发奋图强，与人生的逆境抗争，

记得那是一个炎热的夏天，忽然接到父亲车祸的噩噩，全家人都蒙啦，当时还在上学的我不知该何去何从，心里想着这下这学该上不了了。家里的顶梁柱倒下了，并得知父亲需要高达几万元的治疗费用时，我在心里暗暗下了决心，一毕业就外出打工，给家里减轻负担，不要父母再为我操劳了，转眼



时光过去了20多年了，这件事时时激励着我，成为我生活的动力，让我面对困难与挫折时，永不低头。

在生活 and 工作中，首先，我们要有一个正确的挫折观，面对挫折时要迎

难而上，并要战胜自我，其次要调整目标，当受到挫折时，就要重新衡量一下自己的目标是否定的太高，调整自己的心态，奋斗目标，战胜困难才能到达理想的彼岸。

遇到挫折时，应采用适当的方法，将不良的情绪排泄出去，不要压在心里，要向亲友倾诉。与人闹了矛盾要及时解开疙瘩，消除误会，工作上遇到困难，要向领导和工友们请教，利用健康的业余爱好来消除不良情绪，另外，把挫折当做兴奋剂，激发自己的进取心，磨练自己的性格和意志，要时常保持积极和乐观的态度，学会自我安慰，心怀坦荡，受到挫折时寻找原因和对策，只要不懈的努力，终会有收获。

人生之路，机遇与挑战并存，成功与失败相连，我们要做的就是要善待人生，我们不能拥有一个美好的风景，但可以创造一个美好的心境，努力追求美好的生活，前方将会有坦荡的的旷野和蔚蓝的天空。



父母是孩子最好的老师

彭淑芳

一晃已经快到而立之年，现在的我们基本上都已为人父母，朋友圈也从以前的晒自拍晒惊喜，现在慢慢都开始转变为晒孩子。从发现宝宝存在，到孩子出生，从我家宝宝多大了，我家宝宝会说话了，我家宝宝会走路了，我家宝宝会自己吃饭了……宝宝的一举一动都牵动着为人父母的心。而随着孩子慢慢的长大，当他/她的活动范围，朋友圈子不在只局限于家庭亲人身上的时候，我们大家都开始讨论起另外一个问题，就是孩子的教育。

教育，很严谨的词语，我们现在说的教育大多都已经是默认于学校老师的管教了。教育，简单说就是通过系统的学习或者是亲身接触，树立正确的三观，从而使孩子德智体美劳等多方面得到进步。中国乃至全世界，关于学校教育体系已经发展的很成熟了，从早教班到幼儿园再到小学、初中、高中、大学甚至更好学习环境，都已经形成一套很完整的教育系统。



而且现在的学校的教育内容也都丰富多彩，不管是学习还是文艺，学校都能提供一个好的学习环境跟平台给你，让你像一块海绵一样吸收更多的知识，丰富自己的生活，给自己的未来铺上前进的一块

而且现在的学校的教育内容也都丰富多彩，不管是学习还是文艺，学校都能提供一个好的学习环境跟平台给你，让你像一块海绵一样吸收更多的知识，丰富自己的生活，给自己的未来铺上前进的一块

砖。家长望子成龙望女成凤的心，不论是从悬梁刺股的古代，还是现在科技经济高速发展的现在，都不会随着时间的流逝也淡化，为了让孩子快人一步，各种培训班，培优班也应运而生。

国家现在已经全面的开放了二孩政策，而真的说想生二胎的人却没有预想的那么多，很多理性的适孕夫妻都想着全新培育一个孩子，因为现在社会给孩子的压力也很大。学校能够给孩子提供一个良好的学习环境，我们做家长的也只能从生活等其他方面去给孩子提供好的辅助。而除开所谓的学习教育，我也想谈一下对孩子生活、习惯、性格等方面的教育话题。

学习成绩不是衡量一个人是否是个好孩子，家长是否是一个成功家长的唯一标准，学习成绩固然重要，但还是有比他更重要的东西，就是孩子的天性。五只手指头，总会有长有短，学习也是，总会有学习成绩好的，也有成绩差的，这个是很正常的情况。

我刚怀上宝宝的时候，其实是没有准备的，不是说要孩子的准备，而是心态上没有调整过来，一路走来，恋爱，结婚，然后顺其自然的怀孕，流程是跟上了，但是心态上的转化却没有跟得上。初为人母，就只简单的思考一下宝宝出生的事情，然后就被其他事情吸引



过去了，也很少跟老公谈论孩子以后的问题，觉得好像为时尚早。到孩子出生，也都只是走一步看一步做一步，就跟摸石头过河一样，边摸索边和孩子一起成长。

孩子八个月的时候就放在老家，给公公婆婆带，每日的视频联系，让我一度错误的觉得自己真的陪伴了孩子的成长，然而实际上孩子却在我们看不到的时刻不停的在成长，我们错过他的很多第一次，第一次自己吃饭，走路，成长这不是说几十分钟视频就能够不错过的事情，他的成长是一点一滴积累的。

当现在的他能够正确表达自己的想法，需求的时候，当他说出的话，做的事，让我恍然醒悟，他已经是两岁多的孩子了，已经开始慢慢建立自己的人生观，性格，说话方式，做事习惯的模式了，马上就可以上幼儿园了，他已经开始慢慢可以脱离我们，步入小社会了。



我的想法也经历过几次转变，从最初只希望他健健康康平平安安的成长，到现在希望他能养成一个好性格好习惯，做一个阳光开朗的暖男。每次视频中看到他可爱的动作，即高兴又心酸，高兴他的可爱，心酸不能亲眼看到这一幕。身

边有不少同龄人，时常我们也会聊一些关于育儿的话题，其中我们说的最多，也是大家都认同的一句话就是：父母是孩子的第一个老师，最初的孩子就像是复印机一样，他会记得父母的行为动作说话，然后去模仿，言传身教也很重要。

已经跟家里人商量过了，过段时间就把小孩带过来深圳，跟我们一起生活，希望能够用自身行动与习惯去牵引他，也让他带着我们，一起成长，我们成为彼此的朋友，我们成为一对称职的父母，而他成为一个善良，性格开朗的孩子。一句话总结就是，陪伴就是最长情的告白，而最好的老师就是父母，最好的教育方式就是言传身教。

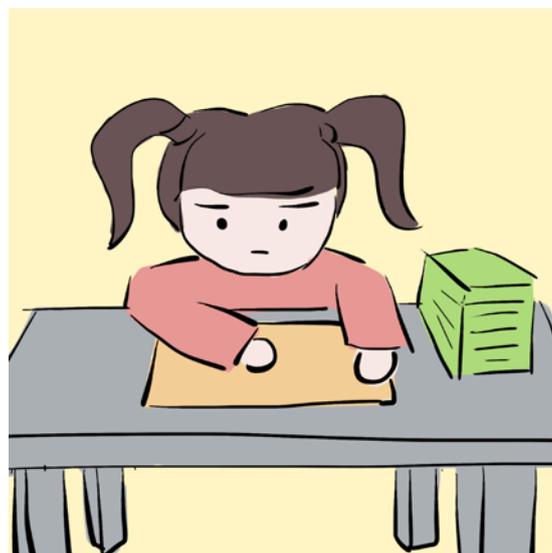
阐述家庭教育

宁容

现在人们生活水平不断的在提高，不愁吃不愁穿的，表面上看起无忧无虑的，实际基本上大多家庭都会面临一个共同的问题，那就是孩子的成长教育问题。

教育子女是每个做父母的天职，家庭教育又是一切教育的基础。家长们对孩子的影响是孩子成长中不可忽视的因素之一，这种影响是无可替代、伴随孩子一生的。

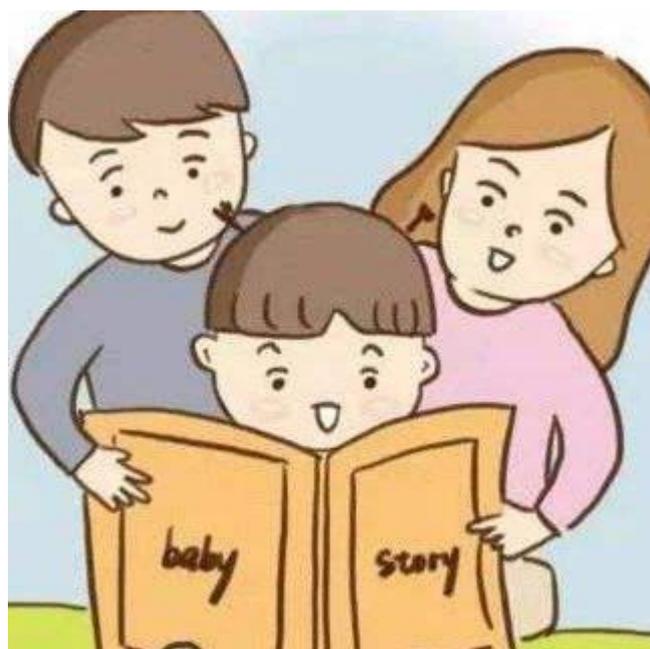
生活中我相信有很大一部分家长们都会有一个最令人头痛的问题——孩子做事喜欢磨磨蹭蹭！无论是生活还是学习上，磨蹭的现象都很严重。就说我孩子所在班级的家长们，基本上天天都在抱怨说：“自己的孩子做什么事都是磨磨蹭蹭的，每天晚上作业都要写到很



晚，可老师布置的作业量实在不多”。

举个我们常遇到的例子来说：妈妈走进房间，看见孩子迅速收起一样东西，就知道他又在玩。于是严厉地说：“给我，我要再看见你玩就把它扔了”。妈妈没收了玩具。妈妈又问：“作业做得怎么样啊？都过去一个小时了”。妈妈看了一眼孩子的作业本就急了，大声喊到“怎么这么久才写了一行生字”？孩子如梦初醒，拿起笔又飞快地写起来。过了半个小时，妈妈再去看，发现孩子又在玩文具袋，作业写了不到5行。于是火冒三丈，对着孩子一顿骂“每天晚上写作业就一拖再拖，磨磨蹭蹭的”，直到妈妈发脾气才着急，到了睡觉时间作业都还没完成。

孩子在生活或者学习上的磨蹭这是一个很典型并普遍的现象了。我们做家长的只要找到相应的应对办法就能从根本上解决问题。第一：就是要制定时间表，重新培养孩子好的习惯。比如写作业大概估计下需要多长时间，设定一个闹钟，在这个时间结束前十分钟。闹钟一响，孩子就知道时



间不多了，所以就加快了写作业的速度。第二：就是设立一个无处不在的目标提示。首先在孩子写作业处尽可能的少放或不放东西，以免影响他的注意力。如果实在要放，也只能是橡皮擦、文具盒之类的物品。另外可以做个温馨提示，在这些东西上贴个标签，上面写着：想和我玩吗？赶紧写作业吧！这样孩子无论拿到

什么东西都能看到这句话。就可以提醒他赶紧做作业。

还有一些别的办法就不一一说明了。针对不同原因的磨蹭，我个人认为有几点是需要我们做父母注意的：1、学习中要少批评孩子，给孩子多多鼓励。2、不要让孩子长时间的学习。多主张，学就要认认真真的学，玩就要开开心心的玩。一定要合理的安排学习时间，以此来减轻孩子的学习压力，以防学习疲倦。3、生活和学习中要时不时地多鼓励和肯定孩子。有一点点成绩都要肯定他，或者给予一些奖励，例如零食，或者孩子感兴趣的玩具，但学习时一定不能放在孩子周边，以防分散孩子注意力。这样他就会觉得原来学习也是件非常有趣的事。

以上是我作为家长学习来的经验，希望与大家共勉！我们共同学习，共同进步，培养出一个个优秀的孩子！

重视孩子的培养和教育

妮妮

俗话说，孩子是父母的宝，每一位父母都有望子成龙成凤的愿望，但是我们该如何去教育孩子，让孩子有一个好的身体好的未来呢？孩子的培养和教育有其必要性和不可忽视性，养而不教，就像是给孩子的人生埋下了一颗定时的炸弹。比如网络上“野孩子”，“熊孩子”，“留守儿童”等等这些名词都在表明这些孩子缺少关心、关爱和正确的教育。还有传统思想“重男轻女”、“偏激教育”、“不打不知错”的暴力方式或者过度溺爱“顺、惯、宠”都在影响着家庭教育，

所导致的结果是各种各样的社会问题，家庭不和谐问题，侵害广大的中国青少年的身心健康和道德价值观念。

作为爸妈都不忍心让孩子难过，见不得孩子掉眼泪、失望，所以很容易就会



向孩子妥协。可是这样无原则、无底线的爱，只会让孩子更加任性。隔壁家的孩子就是一个活生生的例子，整天抱着手机，作业不写，也没有跟同龄人去玩，连吃饭都是三请四请的，谁也说不得一句话，照这样下去他的

将来会是一个什么样的未来？父母也表示很头疼，可是并没有进一步的去了解孩子打开孩子的内心世界，一味的纵容和谩骂。所以教育孩子，父母要有原则，让他们逐步地开始知道，什么行为可以做，什么行为不可以做。孩子小时候，只能依靠父母来判断对错，明辨是非，所以父母才是孩子的第一人任老师，给孩子做好榜样，以身作则，不轻易去破坏小家庭里的原则，才能更好的去教育孩子影响孩子。尤其是由老人抚养的孩子，更容易养成娇惯、刁蛮的性格。究其原因，正是因为老人的溺爱、缺乏原则，有时候只是嘴上批评两句，行为上还是顺着孩子的想



法来。

溺爱也是一种过度保护的表现，会给孩子带来一种他是生活在舒适的安逸的环境中的假象，心智也不够成熟。可我们有没有想过在他走向社会的时候，还能跟在他身边为他摆平一切困难吗？这是不可能的。当他面临困难的时候会表现得很幼稚很无助，也没有意识到去向身边的人求助，直到无法承受的时刻，往往会发生一些不可避免而又令人心痛的事。当事情发生后，再来后悔已经来不及了，做一个有远见而又负责任的父母有多重要，父母也不是你想当就当的，在成为父母之前又有多少人想过自己真的够资格去生养孩子吗？在你还没有做好准备之前就允许一个生命的到来，那是多么不负责任的事，特别是现在的年轻人，自己还是一个“孩子”，又怎么能去对另一个孩子负责呢？

我认为安全教育是最重要的一环。比如孩子再高的地方都要往上爬，再危险的地方都想去试试，过马路时没有遵守交通规则，在无大人陪伴下独自游泳等等，



但这些都是外在的危险因素是可以避免的。最主要的还是孩子是否拥有一种面对各种挫折和困难的心理素质，只有心理足够强大而又健康，他才能在今后的路途上走得更远更稳重。从小帮助孩子提高抗压力，允许孩子犯错并引导他们独自去分析解决

事情，对孩子的自信心是有帮助的。我们可以通过以下三点来建立孩子的规则感：

1. 和孩子协商一致的前提下，制定清晰简单有效的规则和奖惩办法；
2. 跟孩子耐心解释清楚规则；
3. 奖惩不应拖延或者随意取消，一旦告诉孩子不行时，一定要坚持。

孩子虽然小，但是也是懂得一定的情感，要经常跟孩子表达我爱你的情感，多做真正的陪伴的事，让孩子乐意说出心中的疑惑和想法。另外，可以做一些关于开发孩子的智商和天赋方面的事，比如为孩子记录小时候的照片，日记，趣事。留意孩子动手能力，思维能力等，专注孩子的身心健康，性情变化，而不是嘴说陪孩子而自己却在玩手机。

世上没有不爱孩子的父母，只有不尽责的父母和无知的父母。所以，孩子的培养和教育，不能轻视，不容放任不管。希望孩子们健康成长，收获不一样的人生。

我的教育观

吕雯

人的一生就是不断的付出和收获的过程，在这个过程中逐渐形成了两种人，一种因努力而成功，另一种人因为懒惰而失败，作为父母的我们都希望自己的孩子成龙成凤，想要孩子成为因努力而成功的人。在我们大多数父母的心中都会说“孩子只要你快乐就好”。不知道什么时候开始，我们这些父母都开始崇尚快乐教育，在生活中，我们也经常看到这样一幕幕，当孩子对舞蹈，美术等感兴趣，父母二话不说就给孩子报个班，孩子锻炼时不耐烦了，想要放弃时，父母便会遵

从孩子的决定，甚至在想我的孩子可能没有这种天赋吧，要么想孩子是不是该学他擅长的强项呢？殊不知对孩子的尊重实际上是对孩子的放任，不负责任，记得在小学三年级的暑假时，我的孩子说，我想练习乒乓球，当时心里特激动，便赶快跑到体育用品商店买了一对乒乓球拍，在家里陪孩子练球，心里想着如果能练好乒乓球，在学校参加比赛可能不错吧，没想到练着练着他就不感兴趣了，如果当时我能狠下心来，逼着孩子练下去的话，至少孩子也算有个特长吧，想想真是后悔。



任何学习过程都必须经历一段枯燥乏味的阶段，久而久之，孩子只能在父母的逼迫下学习，要不然什么都学不会，什么都做不成了，教育从根本上讲，就是要让孩子成为一个优秀

的人，所以要让孩子知道社会竞争是非常激烈的，如果不努力学习，将来只能是被社会淘汰，我们当父母的尊重孩子，让孩子有一个快乐的童年，但社会不会迁就能力不行的成年人，尊重孩子的选择，让孩子快乐自由地学习，看起来很理想，其实是害了他们，教育孩子努力学习是要付出大量的心血和挑战的，甚至可以说是很痛苦的，每天陪着孩子做作业，陪孩子一起读书，当孩子遇到不懂的题目，陪孩子在网查资料，学习本身就是一种知识的积累，过程本身就很枯燥，很少

有快乐的时候，这时候孩子就会想着退缩放弃，作为父母的我们，应该给孩子多一些建议，引导和鼓励，让孩子懂得学习和坚持的意义，只有当你足够努力了，你才会足够的幸运，获得自己想要的人生，在这个过程中，要经历很多的困难，要付出很多的汗水，才能收获甘甜和果实。

为孩子们减负

谭雪林

孩子都是父母的掌上明珠，孩子的一举一动都牵动着大人，孩子们一有发烧感冒，或者什么风吹草动，

长辈们就百般宠爱，孩子们过着无忧无虑的生活。这样做到底是帮了孩子还是害了孩子？

孩子有自己的思维，要发挥童年的天性和好奇，对于孩子们各种各样的提问，不要感到厌烦，要认真倾听孩子们的声音，

六岁以前是孩子们大脑开发的黄金时期，不能把孩子们的好奇心，扼杀在摇篮里。要给孩子们独立的空间，要培养孩子们兴趣爱好，这些看似简单的大道理，仍然没有引起足够的重视。父母是孩子的启蒙老师，孩子首先获得的知识就是从父母那儿得来的，父母的一举一动一言一行潜移默化都会被孩子所学习，甚至影响着孩子的一生。



为什么有的孩子总是充满欢笑，热情开朗活泼，这是和孩子成长的环境，息息相关的，孩子们从小就受到鼓励，这样他们就能保持积极向上的心态，他们就会勇往直前。

任何性格的形成要经历一个长期的过程，拔苗助长只会适得其反，好的性格要经过成千上万次的磨炼，俗话说，十年树木，百年树人，孩子们的成长，决不能一蹴而就。现在孩子们学习负担很重，因为学校还是靠升学率来考核，在这样的条件下，学校也把升学率作为考核老师的重要指标，在这种机制下，学校对孩子进行灌输式的教育，给孩子们强加了繁重的学习负担，我们知道孩子的学习负担有多重，孩子从六岁甚至更小开始，家长就安排参加各种各样的兴趣班，如英语班、舞蹈班，钢琴班，英语班、美术班，从周一到周五，把时间都排得满满的，



生怕孩子有一点点空余的时间，把孩子给荒废了。这样孩子们哪还有什么独立的空间呢？这繁重的学习负担压得孩子们都喘不过气来，孩子们又有多少时间可以自由支配

呢？整天与学习为伍，整日与书本为伴，这对孩子的成长或多或少会产生一些扭曲，对于孩子们性格的形成会埋下隐患的种子。我有时也和孩子们聊天，从她们那里知道，她（他）们喜爱的东西一到初中阶段基本上就结束了，因为初中的作

业太多了，每天六点半起床，晚上要忙到 11 点半睡觉，这个季节，正是长身体的大好时节，可是每天都生活压力的世界里，她（他）们哪还有快乐的童年和少年啊。孩子们没有时间去发挖掘潜在的智慧，在某些领域的天赋得不到发掘，这都将扼杀孩子们的智慧和天赋。就像一个开机的新手，这也不懂那也不懂，为什么有的师傅教徒弟，徒弟一学就会了，而有的师傅却要花费很长的时间，才能教会徒弟。因为要懂得徒弟的特征和性格，因材施教，徒弟才能更快地成长，因此教学也是一门学问。

习近平总书记在 19 大的报告中指出，建设强国是中华民族伟大复兴的基础工程，必须把教育事业放在优先位置，加快教育现代化，办好人民满意的教育。2018 年 9 月在全国教育大会上，习近平总书记又指出要深化教育体制改革，健全立德树人机制，扭转不科学的教育评价导向，坚决克服唯分数，唯升学，唯论文，唯帽子的顽瘴痼疾，从根本上解决教育评价指挥棒的问题……。现在学校也正在落实中央的精神，为孩子们减负，培养孩子们在德智体美劳几方面全面发展。

从应试教育向素质教育转变这是一条漫长的道路，令人欣喜的是越来越多的学校正在引起重视，正在进行有益的探讨和尝试，有的学校取得了很好的效果。



但愿孩子们的学习负担能越减越轻，孩子们快乐的童年和少年美好的时间能得以重拾。

从制造大飞机所想到的

谭自然

众所周知，我国的首次自制的 G919 空中客机于 2017 年试飞成功，标志着我国终于可以研制有完全自主知识产权的大飞机，可有谁知道其实在更早的 1980 年，我国就已成功研制了有自主产权的大飞机。关于为何在成功试飞了 3000 多公里，转场全国 45 个机场，最大航程 5500 公里，飞行高度 11000 千米，最大航速 935 公里的运十，在区区 3000 万科研经费得不到审批后就突然下马，我们只知道结果，是运十的停飞，这样的结果就是，我国的飞机长期得不到发展，不得不耗费几十亿美元，直接美国购买波音客机。

试想一下，从 1980 年到 2017 年的 37 年间，如果我们不停止飞机的研发，



那么我们的大飞机也许是另外一番景象了。由此，我想到我们公司的品质问题，大家都知道，我们铜线行业，其实算不上高科技，其质量管控的重点在于铜线的排线质量，线径伸长率、拉伸力，氧化斑点等几个方面，大部分属于物理性能的控制，通过观察，以我在公司十多年的工作经验来看，

我们在哪些方面取得了有效的进步？第一是我司镀锡线锡珠的有效控制，现在很少有客户对线芯的锡珠进行投诉了，原因是我们在镀锡线的生产过程，安装了防止锡珠产生的专门的刮锡装置。其次是铜线的斑点控制，现在我司每天有斑点异常的机台都能控制在几台之内，不像以前的斑点大批出现，其

实这与我们对拉丝生产线芯的有效控制有关，及时排查产生斑点的原因点，但我认为对斑点线芯还可以进一步压缩，这就要求我们及时认真的对线表进行检查，不让第二轴有斑点的线芯生产出来。



那么对客户的投诉最多也是产生退货最多的排线，不良线芯，我

司是怎样控制呢？我认为在这方面的投入，公司还远远不够，至少公司从成立至今，没有对排线不良线芯形成一个量化的定义。我对排线不良也进行了探索，我认为任何一边的排线不能高于中间部分的排线，同时，另一边的排线，低于轴边的距离不超过一毫米，只有同时满足两个方面的条件，排线质量至少达到 80 分，越是高于这两个条件的计分越高，排线指令的控制是一个漫长的过程，只能靠操作者慢慢的改变，想要一下子把量提上来，几乎是不可能的。我跟远大公司的李老师有一个沟通，他非常重视我的方案，要我立即做方案，上报公司，但后来被远大公司另一位老师否决了，这也说明了对同一个问题不同的人有不同的看法。我想说的是，排线质量的改善，实际上是一个观念的改变问题，你的线在客户那里不断线不影响他们的生产，就是好线，当然并不是排线没有问题，在生产中就能得出一定不会出现断线的结论，这里面还涉及到操作者开机速度等方面的问题，所以排线质量是一个看似复杂又看似简单的问题，只有用心去捉摸，才能较好的驾驭排线质量。排线质量的改变方案，远远比不上我们国家的大飞机的研发，但我可以看出两者之间的共同点，不同的思维决定方案不同的命运，同样的问题不同的角度，

得出来的结论是绝然不同的。



谈小龙虾

宁容

要说炎炎的夏日宵夜吃什么，相信大家都知道，排名第一的绝对要数小龙虾。龙虾在我们国家可是非常受欢迎的一种食物。现在大街小巷的餐馆、各大夜市摊到处都能看到它的身影。就这么一只小小的龙虾，被人们做成了多种做法：有蒜香的，香辣的，油焖的等等。很多吃货都是非常的喜欢吃小龙虾的，一般三、五个人，正常一顿可以吃10来斤，厉害的十几斤不在话下。吃货的世界真的无法想象。

以前我在网上看过一篇新闻报道，外国曾经许多地方报道小龙虾成灾。外



国人认为小龙虾是一种奇怪的生物，以至于他们不知道如何处理它。但是中国人一去，立马解决了这个问题，无数种小龙虾的做法被中国厨师发明出来。其实在中国，小龙虾早已经成为人们餐桌上的美味佳肴，以至于现在供不应求，需要靠人工养殖，这几年

需求量尤为增大。于是在老家农村，一些农户将稻田改一下，变成龙虾养殖地。将田里挖深一些，里面储存些水，到了开春，洒点莲子、放些小鱼苗进去，等夏天一到，满田的荷叶。荷花为鱼和龙虾提供了天然的遮阳地，时不时再喂些野草、玉米粒、油饼等。过了二、三个月小龙虾就成熟了，等到秋天，莲蓬也长成了莲子，过年的时候鱼也肥肥的。一块稻田一年四季都有收

入，来年春天有藕尖、夏天出龙虾和莲蓬、秋天生莲子、冬天产肥鱼。虽然产量没多少，但胜在不需要人特别打理，偶尔去喂点就行。

乡村的农田里总会有很多趣事。记得小时候农忙时，我们姐妹几人经常会很乐意去田里帮忙，因为田边上的水沟里常常有龙虾的巢，而我们最喜欢的就是钓龙虾。工具直接就地取材，找一根稍长点的油菜根或树枝，尖端绑上一根一米左右的线，抓只土青蛙系上面作诱饵即可。龙虾可是肉食动物，将杆放水里，不一会儿就有龙虾寻味而来。刚开始它还会慢慢的试探诱饵，确定不会动了，它才会用那大大的钳子夹住饵，准备享受美食。考验技术的时候到了，心急可是钓不到了，必须得让它吃上一会儿，再猛得拉起来，这样才能钓到。如果龙虾刚夹住，就提起，往往会把它吓跑，再想诱惑它上钩就难了。



现在了，再也不用去钓了，也缺少了很多乐趣。而是直接就是用笼子，晚上把放在龙虾出没的地方，里面放点肥肉，这种专门的用具，只能进，不能出。第二天早上去收就好，往往有时候会有意想不到的收获，时常在见到网里有鱼、泥鳅、龙虾等。

现在正是吃龙虾的时候。天气越来越热，宵夜怎么能少得了它了。因大量上市，价格也比前二个月要便宜很多，十几至二十几元不等，想要一饱口服其实很简单。但因小龙虾生长环境多为污水区，身体难免会沾有寄生虫，所以想要解馋还是多动动手，自己做。经济实惠，又干净放心。不过建议还

是少吃，毕竟这也不是什么营养的东西，难保没有处理干净，那就得不偿失了。



心路

谭自然

连接这里与那里的
是便利的交通
连接里面和外面的
是信息的交流
连接你和我的是心的相通，
我们邂逅在拥挤的公交车上
你灵动的双眸照在我的脸上，
一股清流涌进我的心田，
我那时也感受到了你跳动的脉搏，
没有言语
我们只有眼神的交流，
透过美丽的外衣，
我看到了你炽热的内心，
仿佛站在我面前的是，
梦境里的仙女
多么想靠近你啊，
想和你一起融入到那醉人的仙境，
让时间不再流转，
让车轮不再滚动，
好让我们彼此依偎吧
分享各自最痴情的美梦

即使在最喧嚣的城市里，
也看不到旁人的影子
脑海里只有你的身影，
和你那银铃般的笑声，
还有你看手机的样子
你的余光分明的在扫视的我啊
是我随意的哨声
还是我迷惑你的眼神
多么希望迎接我的
不单单是你醉人的香水味，
还有我对你的惺惺相惜
即使过了今天今晚
甚至当我们的生命走向尽头，
我们的脑海里依然会保持彼此的模样
依然会记得你的一颦一笑
和你那身上漂过来的淡淡清香
即使我们天各一方。
也会有一条灵犀之路，
连着你我，守着我的心房
回忆着美妙的偶遇
让彼此时刻浸润在温暖的目光里
愿这条纯洁质朴的心路里
留下最繁华的足迹吧

成长的人生

陈梓洁

人生而孤独所以没关系
有这么多人让我为之而生
有这么多事我尚未完成
我想到的所有过往的时光
无论喜乐和痛苦
我们曾分享过的喜悦以及我们共同欢笑的日子
挖掘你的潜力吧，然后再次挖掘自己的潜力
不要满足于现状
开始自学吧，
因为你的人生只属于你自己，
纵情一生到终老天地之间，不过一个你而已，
白昼或夜晚，
你总是孤身一人前行
一个人抵御困境，一个人冲出重围，
但这段旅程将会让你毕生难忘，
请保持对机会的警觉，
因为总有出人头地的一天，
哪怕黑暗的地方也会有微弱的光
这道光可能微不足道，
但他的存在就是对黑暗的叫嚣，
不要安于现状，让自己成长吧

然后让自己成熟吧！

平庸这词不应该再出现在你的人生里面

让自己成为一个没法被别人定义的人，

一条路走到底

如果你已再下定决心那就砥砺前行吧，

这是你的人生是你活着的人生