

浅谈如何培养职工健康心态提高工作质量

于目涛

中铁十四局集团第五工程有限公司

[摘要]施工企业职工多数在施工一线，远离家人，三点一线，工作枯燥，工作压力大，保持健康的心态有利于激发自身的潜能，提高工作积极性，提高工作效率，起到事半功倍效果，实现自身的价值。

[关键词]培养；健康心态；工作质量

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2020.02.386

作为一名长期工作在施工一线的施工企业的基层党务工作者，在工作中时常会听到员工抱怨工作压力大、自己的工作不被领导理解、自己从事的工作待遇低没有前途、工作时提不起精神等等的声音，表现在工作中的这些人工作没有主动性、没有创造性和自觉性，执行力差，意志消沉，不思进取，工作消极，积极性不高，工作效率低下，工作中差错不断，这种现象在多数单位都在一定程度存在，说到底就是职工的心态问题，如果这一现象得不到解决势必会对职工个人的进步和企业的发展造成较大影响。职工的健康心态对职工本人和单位都起到重要作用。下面谈谈如何培养企业职工健康心态，激发职工工作积极性，提高职工工作效率。

心态即一个人的心理状态，分为积极健康的心态和消极心态，心态可以掌握一个人的情绪，心态可以改变一个人的一生，心态决定一个人的命运，积极健康的心态对一个人的生活、工作起着积极作用。积极健康的心态才有积极健康的人生，心态的好坏决定了一个人适应社会和环境，应对问题和危机的能力。

积极健康心态的主要表现形式：

勇于责任担当的精神。新时代的企业职工应该具有忠诚于企业，在工作中具有勇于担当的精神。各行各业，各个岗位，每一个人，不管身居何职，不管从事的岗位权利大小，社会都赋予它一定的职业职责，每一个职工都要遵守职业道德，对企业忠诚，对自己的岗位负责，具有高度的责任心和敬业精神，责任心是干好工作的首要条件。

乐观向上，活力十足的态度。一个人在工作中和生活中，要保持乐观、积极向上的心态，正确面对困难和挑战，“办法总比困难多”已故集团公司原副总经济师刘新来同志的这句常挂嘴边的名言为我们指明了方向，正视困难和挑战，保持乐观向上的态度，工作中和生活上充满活力，就会思维敏捷，条理清晰，就会找到解决问题的办法。

团队合作精神。俗话说，独木不成林，众人拾柴火焰高，这说明团队的力量是巨大的。海尔、华为等知名企业推崇的“狼性文化”和“狼精神”，其中重要的一点就是团队合作精神。狼之所以能战无不胜、攻无不克、连狮子老虎等惧它们三分，关键就在于它们为了一个共同的目标，组成铁血战队，善于作战，善于团结协作。狼文化告诉我们，一个人，离开组织，离开团队，缺少团结协作的精神，单枪匹马是很难成功的。作为我们施工企业来说，每个部门每个岗位

每个人都是企业的一份子，部门与部门之间，人和人之间要加强沟通，人与人之间相互取长补短，团结协作，才能发挥最大的能量，才能完成企业既定的目标。

积极向上百折不挠精神。作为一名职工，在工作中，谁也不会是一帆风顺的，总会遇到挫折打击或者失败，特别是对于刚刚进入工作岗位中的大中专毕业生来说，在工作中遇到此类问题时，往往会丧失信心，一片迷茫，通常还伴随自卑心理。我们要培养职工具备抗击打能力，在困难、挫折面前具有百折不挠的精神，克服自卑心理，树立“我能”思想，保持积极向上的态度，发扬弹簧精神，愈压愈刚。

勇于创新精神。企业的发展离不开职工的创新精神，一个企业如果不创新，则这个企业早晚就会走向衰退和灭亡。在党的十八届五中全会上，党中央提出了十三五规划中的五种发展理念，其中创新发展理念放在首要位置，国家的发展，民族的振兴离不开创新，我们企业的发展也离不开创新。习总书记在党的十九大报告中指出：加快建设创新型国家。创新是引领发展的第一动力，是建设现代化经济体系的战略支撑。深化科技体制改革，建立以企业为主体、市场为导向、产学研深度融合的技术创新体系，加强对中小企业创新的支持，促进科技成果转化。倡导创新文化，强化知识产权创造、保护、运用。世界知名企业微软、苹果、海尔、华为等都十分注重产品的创新。管理创新、科技创新等等，通过创新发展我们的企业，创造更大的利润。每一位职工要具有开拓创新精神，不遵规守旧，为企业发展做出自己的贡献。

懂得感恩意识。人生一世，要懂得感恩。鸟儿感恩天空，鱼儿感恩海洋，子女要感谢父母给予我们生命和养育之恩，农民要感恩上天降甘霖，学生要感恩老师的谆谆教导，工人要感恩单位为我们提供一个展示自己的平台，常怀感恩之心，心中就会充满善念，就会正确对待生活中磕磕碰碰不如意。记得观看电视连续剧《康熙王朝》有一幕记忆很深刻，康熙六十年设摆千叟宴，康熙大帝分别向太皇太后孝庄、列位臣工、天下子民及一生的死对头敬三碗酒，感恩他们造就了自己，造就了大清盛世，千古帝王都知道感恩，何况我们这些凡夫俗子。我们每一位职工，只要拥有感恩的心，善待他人，和睦相处，在工作中塑造和谐共处的环境。

如何培养职工积极健康的心态？

职工的心态健康与否，对职工本人和企业的发展均具有重

要意义,如何让每一位员工保持积极向上的健康心态成为每一名企业管理者面临的难题,笔者根据近年来在工作中的探索,认为通过以下几个方面,对培养职工建立健康心态会起到一定的作用。

1、加强学习,培养职工学习的积极性和主动性。目前,多数人的思想比较浮躁,缺少自觉提高自我修养的意识,往往只追求表面的、刺激的东西,无视对知识的深入研究,表现在工作之余,时间大多放在没有什么含金量的网页浏览而忽视对自然科学、社会科学等知识的学习,自觉学习的主动性、积极性不高。通过开展每天至少学习(阅读)一小时等活动,要求大家记学习笔记和撰写学习(读书)心得等活动,培养职工养成自觉学习的好习惯,远离网络游戏,合理利用网络,沉淀浮躁的心。俗话说,“学然后知不足”、“知其然知其所以然”,深究知识的深层次的含义,由被动学习逐渐变为主动学习,通过开展学习活动,结合各自的工作,理论和实践相结合,大家在一起开展比学赶超活动,相互沟通,开阔了自己的视野,触动创新的灵感,工作中提高创新意识,工作的积极性得到较大提高,促进企业的发展。

2、制定严格的管理制度,培养职工遵规守纪,提高工作责任心。制度是企业生存与发展的保障,企业有了制度,就有了公平,有了公平,就意味着效率,而效率是企业永葆生命力的良药。企业的发展不是依靠“人治”,也不是单单依靠领导者的个人魅力,而是靠严格合理科学的管理制度。通过正确的用人考核制度,公平合理的奖罚制度等,激发员工的积极性,消除职工的不良行为,促进企业发展的良性循环。当前,企业制度制定的相对都比较完善,关键是如何落实,特别是在落实中的是否坚持公平合理、制度面前是否人人平等、一视同仁是职工关注的热点。特别是领导者要做遵守制度的表率,养成人人遵守制度的氛围。严格执行企业的奖惩制度,职工熟知自己的岗位职责,工作中就会保持高度的责任心。

3、欲抑先扬,掌握批评之道。员工在工作中难免会出现错误,违反公司的管理制度。大多数的领导都会提出批评和指正,希望帮助他们改正,促进他们前进。批评员工往往令领导很头疼,如果说的太直接,下属就会不高兴有时可能还会顶几句,甚至表现出生气和抵触;说的太委婉,有些员工可能会理解不了其中的“话中话”,从而达不到领导的本身的目的。所以,在批评下属之前,先适当地给予他一些赞美,这样,下属就会更容易接受,也不会不开心,达到领导最终的目的,有利于员工积极的投身到工作中去。

4、加强思想教育,通过开展谈心交流活动,培养职工宽容乐观、自信的心态。当前社会,职工面临的压力偏大,工作压力、择偶压力、家庭压力等等,造成职工精神萎靡,消极低沉,精神状态差。特别是对于刚刚参加工作的大学生,

由于理论和实践、理想和现实存在偏差,往往出现彷徨、迷茫、自卑、烦躁等现象,态度消极,情绪低落。通过积极开展谈心聊天,疏通职工心中的症结所在,倾听他们的心声。心理学家所过:倾诉是发泄内心苦闷的最好良药。生活中,及时帮助职工解决面临的难题,培养他们保持宽容乐观的心态。对待生活,宽宏大量,不要斤斤计较;和同事相处,养成换位思考的习惯,多替对方想一想;对待工作,不要牢骚满腹,树立“我总比别人多做一点”思想;乐观可以化解不快,宽容可以解决矛盾。

5、加强企业文化建设,满足职工需求,塑造职工爱企护企意识。企业文化是企业的软实力,通过加强企业文化建设,加大企业文化宣传,让企业精神、企业的理念牢牢扎根于每个职工心中,了解企业的光荣传统,继承发扬攻无不克、战无不胜、不畏艰险,能征善战的铁道兵精神,塑造全体职工以企为荣,以企为家,企荣我荣,企亏我耻的意识。

6、开展丰富多彩的活动,培养职工团队意识。针对施工项目部远离后方,多在僻远地区,职工业余文化生活少的特点,企业通过开展丰富多彩的活动,缓解工作压力,陶冶职工情操。通过在节假日和工作间隙开展的篮球赛、乒乓球赛、羽毛球赛、棋类比赛、拔河比赛等一系列职工喜闻乐见的活动,既锻炼了身体,陶冶的情操,又增加了团结,培养职工团队意识。

7、加强企业的人性化管理。古人云:“用兵之道,攻心为上”,通过感情投资,人性化的管理,让员工体会到家庭的温暖,体会到企业的恩惠。特别是企业的领导者如果能放下架子,平易近人,对职工进行嘘寒问暖,关心职工的生活,职工取得成绩时给予肯定,工作不顺利时给予鼓励,把每位职工看作大家庭中的一员。“老干妈”创始人陶华碧为我们做出了榜样,陶华碧把每个职工都当成自己的孩子,关心他们的工作和生活,平常工作中,职工没人称呼她董事长,而是亲切地称呼她“老干妈”,工人工作的积极性主动性极高。人性化的管理往往会起到意想不到的效果。

当今企业员工时常感觉在单位没有归属感和依托感,对单位缺乏感情,工作没有积极性,工作效率低。美国著名心理学家马斯洛在1943年提出了著名的“需要层次理论”认为,“归属和爱的需要”是人最重要的心理需求。人在缺乏归属感的时候,对所从事的工作会缺乏激情和责任感。

结束语:

我们通过研究探讨如何培养职工健康心态,找到解决培养职工健康心态的方式方法,让每一名职工对企业都有归属感,在工作中充满激情和责任感,团结一心,开拓创新,企业的发展才能勇往直前。

参考文献

[1]杜猛,张慧.浅谈如何提高职工教育培训工作质量[J].现代职业教育,2018(24):98.