

市总“亲亲我的宝贝”亲子教育培训走进汽车博物馆

# 工会助职工学做孩子的情绪管理教练

**本报讯(记者 张晶)**近日,北京市总工会女职工部和北京市职工服务中心联合开展的“亲亲我的宝贝”家庭亲子教育培训走进北京汽车博物馆,举办以“培养好情绪、守规矩的孩子——亲子沟通艺术和技巧”为主题的讲座,40余名职工家长聆听讲座。

记者了解到,此次培训主讲老师、北京市职工服务中心心

理专家琚晓燕一直专注青少年培养和心理健康工作,具有扎实的心理学理论知识和丰富的授课经验。

培训中,她围绕“培养好情绪、守规矩的孩子”这一主题,用一个数字小游戏开场,一下就调动起大家的积极性,并提出“小朋友的大脑判断及注意力受到他们自身情绪状态的影响”这

一观点,强调情绪管理对于孩子们智商、情商、成才的重要意义。同时,引出本次讲座的主要内容——通过萨提亚冰山心理成长模式,认识到孩子的“自我”就像一座冰山一样,看到的是表面很少的一部分行为,需要去了解的是更大一部分藏在更深层次的内在世界。

随后,琚晓燕把家长按孩子

年龄段分组,进行了针对性互动,让无论是幼儿园、小学还是高中阶段的孩子家长,都能有所感悟,她还邀请家长评估自身的教育方式,通过案例分析,让家长对照反思生活中自己的教育行为。

短短两个多小时的讲座,琚晓燕采用了正反实例对比分析法、现场模拟案例法、著名教育

家语录启示法等多种培训方法,用贴合生活的案例和幽默风趣的问答,让整个课堂氛围轻松活泼,整体参与性和互动性都很高。讲座结束后,仍有很多职工围绕着老师咨询提问,久久不愿离去。职工表示,重新认识了对孩子情绪管理和情绪训练的重要性,令人受益匪浅。

## 中建二局安装公司职工捐冬衣献爱心

1200余件冬衣将送达甘肃康乐县苏集镇古洞沟村困难群众手中

**本报讯(记者 马超)**截至11月5日,中建二局安装公司的工会干部们已连续忙碌了几天了,他们正在将职工捐赠的1200余件冬衣整理打包,于近日送达甘肃康乐县苏集镇古洞沟村困难群众手中。

昨天,该公司志愿者一大早赶来,为捐赠提前做准备。他们用塑料袋将衣物包装起来,再进行真空压缩打包整理,搬运寄走。今年,中建二局安装公司工会为古洞沟村准备的冬衣,来自北京、深圳、沈阳、成都、廊坊、西安、唐山等地的8家分支机构及各地施工项目。

古洞沟村地处黄土高原向青藏高原的过渡地带,平均海拔2000米,目前气温已在零摄氏度以下。2019年5月,中建二局安装公司与古洞沟村成立党建结对共建单位,并委派驻村干部田雷开展扶贫工作。田雷在走访中发现,部分群众和学生缺少过冬的棉衣,并立即将这一情况向公司汇报。群众的冷暖牵动着职工的心。



中建二局安装公司立即号召全体职工开展以“捐赠冬衣献爱心,主题教育进行时”为主题的爱心活动。一件衣服一份爱心,一份爱心一份力量,中建二局安装公司工作人员将这些衣物分为羽绒服、棉服、毛衣、裤子等几大品类,细心打包好邮寄到村,把“关怀”和“温暖”传递给甘肃需要帮助的困难家庭。

据了解,中建二局安装公司

积极响应国家精准扶贫、践行央企社会责任,以“建设一项工程,帮扶一方百姓”为出发点,连续三年在贵州平塘、甘肃康乐等地开展“彩虹益路”助学行动,帮助100多名贫困学子圆大学梦。

此外,该公司还对口帮扶古洞沟村捐款达30余万元,安装路灯15个,并派驻一名驻村干部,为助力当地脱贫致富出谋划策。

通讯员 王东坡 赵娜 摄

不忘初心 牢记使命  
主题教育进行时



## 劳模宣讲团走进劲松校区

近日,“绿色出行,畅通北京交通宣讲团”三位劳模来到劲松职业高中,参加劲松校区党支部“不忘初心,牢记使命”主题教育党日活动。校区党支部全体党员及优秀学生干部聆听了全国劳模李文岩、首都劳动奖章获得者何少花和陈显花的宣讲。大家表示,将以劳模为榜样,爱岗敬业、刻苦学习,真正做到为民服务解难题。

通讯员 郭佳 摄影报道

## 平谷区总工会全体党员聆听革命故事

**本报讯(记者 马超)**11月4日,平谷区总工会党支部组织全体党员干部到香山革命纪念馆、香山革命纪念地参观学习,31名党员干部接受“不忘初心、牢记使命”主题教育。

区总工会以“传承红色基因·寻访红色记忆”为主题开展教育活动。活动中,党员干部们首先来到香山革命纪念馆,现场观看“西苑机场阅兵”和

瞻仰双清别墅、来青轩等八处革命旧址,聆听革命战斗故事,感受厚重的历史文化。

此次主题教育,党员干部们通过“看、听、感、谈”回顾了中国共产党领导的中国人民夺取全国胜利和党中央筹建中华人民共和国的光辉历史,缅怀了毛泽东等老一辈革命家的丰功伟绩,大家表示,此次参观学习受益匪浅。

## 房山法院工会邀专家开讲健康生活观

**本报讯(记者 闫长禄)**为促进干警家庭和谐、助力营造更加稳固的家庭关系,近日,房山法院特邀请国家二级心理咨询师、中国心理卫生协会会员、民政部信访特聘心理咨询师孙红梅就如何经营婚姻过程中学习夫妻相处之道、使用爱的语言沟通、建立良好健康的婚姻模式来院进行授課。

讲座伊始,孙老师通过互动游戏燃起了干警的热情,并结合大家游戏时的反应,层层解析了

背后的心理原因。同时,以数个生活小案例为话题,深入浅出地介绍婚姻中应注意的细节,提供了沟通的技巧,助力干警经营好婚姻,运用爱的语言收获幸福美满的家庭。

据了解,此次讲座还增加了一对一互动环节,为干警们进行深度解惑,取得了良好的效果,获得了干警们的一致好评。下一步,房山法院将不定期地再次举办相关培训,来满足干警的需求。



## CBD区域企业百位白领唱响爱国情

**本报讯(记者 刘欣欣)**11月5日,由北京商务中心区党工委、北京商务中心区管委会主办,北京商务中心区总工会承办的“2019唱响CBD”——北京CBD庆祝中华人民共和国成立70周年文艺汇演,在东方梅地亚中心M剧场举办。

现场,200多位观众一起观看了来自国贸、香江、银泰、壳牌、大众、信美人寿、恒天财富、弘康人寿等19家CBD区域内知名企业的100名员工表演的精彩节目。

据了解,“2019唱响CBD”得到了CBD区域数十家企业职工的

积极参与,经过专家评审,严格选拔,最终优选出了十余个不同类型的精彩节目,无论是唱歌跳舞、乐器演奏,还是朗诵、瑜伽,都由CBD区域白领担纲表演。

相关负责人表示,今年正值新中国成立70周年,CBD的白领员工用音乐、用舞蹈、用诗歌表达了自己对生活、对工作、对祖国的热爱。通过“2019唱响CBD”的舞台,充分展现了CBD员工不忘初心、砥砺前行、积极向上的风采,也彰显了CBD区域企业与共和国共成长、奋进向上、敢为人先的文化。

刘欣欣 摄

(上接第1版)

《指导意见》从大力增强职工岗位创新能力、立足岗位开展“五小”活动、进一步扩大“五小”活动覆盖面、促进“五小”活动成果的推广和转化、加强“五小”活动的组织领导等方面作出了安排。值得关注的是,这项活动将从国有企业向非公企业、机关事业单位扩展,从生产领域向管理、服务等领域延伸。

《指导意见》强调,要把合理化建议作为“五小”活动最基础最重要的环节,既提高广泛性、参与率,又提高合理化建议的质量,促进合理化建议的采纳和实施。同时,完善“五小”活动体系,创新活动方式方法。特别是按照建设“智慧工会”的要求,运用“互联网+”、移动客户端、大数据、云计算等现代化手段组织开展活动,促进活动在策划动员、组织实施、考核评选

等各个环节的智能化,增强活动的先进性、便利性和趣味性。

为更好地促成“五小”活动成果转化,《指导意见》提出,要搭建职工创新成果交流、转化平台,建立职工创新成果库,推动成果走出班组、走出企业、走向社会。同时,重视职工创新成果知识产权保护,增强职工知识产权意识,加大创新成果应用和孵化力度,并加大奖励激励措施,推动企业合理制定“五小”成果收益分配方案等,保护好职工创新创造的积极性。(综合)



登报咨询电话:63522410