

陈洪祥

西城区德胜街道总工会主席

“解开职工心里的疙瘩，要一把钥匙开一把锁”

□本报记者 陈曦

“左思右想，怎么都解不开心里的疙瘩，他只要三言两语，就给你说通了。真的是特别神！”一位德胜地区工会会员这样介绍。而这位“神人”指的不是别人，正是德胜街道总工会主席陈洪祥。

今年年底，德胜街道总工会主席陈洪祥即将迎来他“职业生涯”的第十个年头。作为一名“老工会”，他不仅在推进工会前沿性工作方面是一把好手，而且在进行心理辅导，从心理层面帮职工排忧解难上，也特别“有一套”。

此前，德胜地区一位企业工会负责人，平日里性格开朗活泼，参加街道总工会组织的活动也很积极。但有一段时间，她突然情绪低落了，对于上级工会交予的工作也不太上心了。细问之下，才知道，由于企业内部人员复杂，她工作的方式方法受到了质疑，导致了对工作的不积极。陈洪祥得知这一情况后，就来耐心地开导她，帮助她找原因，动之以情，晓之以理，解开了她的心结。“她性格外

向，而且专业能力很强。”陈洪祥介绍说，遇到这样的情况，她自己的力量很难改变，既然如此，我劝她，不如换个环境，做好专业工作。就这样让她从阴郁的情绪里走了出来，以全新的态度投入了新的工作。

除了关心职工的工作状态，职工的“个人问题”，陈洪祥也非常关心。德胜街道总工会每年都会组织几次单身青年联谊活动。每次活动的地点和形式、参与活动的男女比例、活动微信群的建立等，事无巨细，他都会一一过问。除此之外，陈洪祥还会揣摩这些青年男女的个性特点，寻找他们的相似之处，比如兴趣爱好、成长经历等情况，再个别谈心，促成好事。

“现在的年轻人，有不少在交友、婚恋方面有误区。比如，有的小伙子说，就想找漂亮的。有的姑娘说，必须要在北京买房才能结婚。我就从过来人的角度帮他们分析，让他们学会抓重点，纠正他们的想法，解除他们的困扰和疑惑，让他们早点脱单！”陈洪祥说。“陈



主席当红娘可太厉害了，已经促成十几对。有的孩子都会打酱油了。”德胜街道工会服务站社工羡慕地说。

不同的职工群体，陈洪祥都有不同的关心方式。面对单身青年，他会通过幽默的语言、轻松的活动，帮他们树立正确的婚恋观。而面对困难职工，他则会在经济救助的同时，不断给予心理鼓励，让他们拥有战胜困难的信心。

一名企业女员工，生下了三胞胎儿女。在很多人看来，这原本是喜事一件。但因为该员工家庭本不宽裕，三胞胎儿女降生后，各种生活开销又

增加了，让她的家庭陷入了困境，导致她心理压力很大。陈洪祥得知后，按照德胜街道总工会对困难职工帮扶的相关规定，连续两年走访慰问该职工，进行经济救助，同时从心理方面安慰她，鼓励她养育好三个孩子。

“陈主席说，让我坚持下去，困难都是一时的，让我养好孩子，工会组织会将给予我持续的关注和帮助。”那位女职工说，“他真的像我的家人一样，他的话减少了我的压力，让我勇敢地面对困难，现在我们的生活已经有了改善，真的很谢谢陈主席，谢谢咱们工会。”

晏杰

丰台区卢沟桥街道总工会专职工作者

“让职工说出心里话，就是最好的情绪疏导”

□本报记者 余翠平

“我觉得要做好职工心理疏导工作，最重要的是当好倾听者。很多职工情绪糟糕的时候，最需要的是倾听。当他们把内心所有的痛苦、纠结淋漓尽致讲出来时，我们先倾听再加以疏导，比马上给她出主意的效果要好。当他们的情绪平复后，我们再给其提供合理的建议，职工接受建议的可能性就大得多了。”丰台卢沟桥街道总工会专职工作者晏杰谈起做心理辅导工作时，已是头头是道。

晏杰经常要到企业，向企业推广建立工会的好处。利用跑建会的机会，她会跟职工聊聊天，听职工说说心里话。晏杰活跃开朗，快言快语，在工作中一直是热心肠的“知心大姐”。2017年4月份，她还拿到了心理咨询师二级证书。“学了心理方面的知识后，很多时候就明白职工是怎么想的，从职工的小动作、神态能推测他们内心的精神活动，从而能更好地跟职工打成一片，能让职工更愿意跟你亲近，在相互交流了自己的心事后，我跟职工关系就更近了。”晏杰说。

随后，晏杰跟记者分享了一个故事：当事人是外地人，他自己在北京上班，父母都在外地生活。他租的房子在郊区，平时上下班通勤时间很长，工作上的压力大，没有多少闲暇时光。然而，家人因为鲜少听到他的消息和难以得到他的关注，对他怀有抱怨。面对这样的处境，他产生了



回老家生活的想法，但是又放不下在北京辛苦打拼的职业前景。他因为陷入了两难境地，他找到了晏杰。晏杰了解情况后，先和他聊起了日常生活、工作，打开了这位职工的心扉。这名职工就把内心的苦闷全倒了出来，心情也好了很多。他最后还是决定守住在京的工作，表示会积极跟家人沟通，争取家人的理解和支持。

“当一个合格的倾听者，就是对倾诉者最大的帮助。因为怕引起周围人的担心或者怕被嘲笑，很多人不愿意把心里的烦恼跟身边最亲近的人表达，但是他们愿意跟一个友好的陌生人谈心事。你鼓励他说出来，即使没有为对方彻底解决问题，也是对他进行了情绪疏导，为他提供了帮助。”晏杰介绍说。

很多有二胎家庭的女职工碰上了这样的窘境——双方父母年龄大，自



己和老公都要上班，两个孩子都需要照顾，如何兼顾工作与家庭？这时候很多女职工在忙碌中萌生了放弃工作的想法，但是多年的职场经验难道就这样荒废吗？有一位女职工就面临这样的困境，她到工会找晏杰倾诉。“在这种情况下，我一般都会设身处地地劝女职工不要轻易放弃工作。首先，放开二胎后很多家庭都有两个孩子，不少女性都通过争取家人的支持帮助，平衡好了家庭和职场，我会给她讲一讲身边女职工都是怎样做好两者平衡的，向她提供一些经验；其次，女性一旦回归家庭，长期只跟孩子打交道，容易与社会脱节，夫妻不能同步成长，可能带来一些感情的隔阂，到时生活会出现新的难题。”晏杰说。让晏杰欣慰的是，这位女职工最终没有辞职，还争取到了升职加薪。她对晏杰表示了感谢时，晏杰很

欣慰。

有时候跟职工交流多了，他们经常会向“知心大姐”晏杰倾诉他们家庭遇到的难题——比如，有孩子的女职工很辛苦，又要带孩子又要工作，难免抑郁；很多男职工发现，当家里有了孩子，妻子关注点都在孩子身上，因此觉得家庭缺少温暖，下班不想回家而是选择跟朋友们吃饭、打牌，这样做又会受到妻子的责备，让家庭关系更糟糕……这时候晏杰会先倾听，然后引导年轻职工慢慢适应家里有孩子的环境，学会为人父母。

“站在职工的角度，替他们着想，这样职工才能接受你的建议，更快平复糟糕的情绪，更快恢复到正常生活状态，拥有更安乐的生活。成为职工的朋友，打入职工的圈子，当好职工的娘家人，这样让我感觉很欣慰。”晏杰最后对记者说。