

一点一滴学习 一步一步成长



来参加公司年会,我受宠若惊。年会上,看着过往一年公司取得的成就,我心驰神往。随后的新员工见面会上,听着各位领导讲述自己的心路历程,我更是倍感亲切,所以决心要努力留在这里。

一、入职经历

1、参加年会及新员工见面会
有幸参加公司年会,我受宠若惊。年会上,看着过往一年公司取得的成就,我心驰神往。随后的新员工见面会上,听着各位领导讲述自己的心路历程,我更是倍感亲切,所以决心要努力留在这里。

二、个人收获

1、工作需要脚踏实地,水滴石穿非一日之功。

看到师傅对自己工作游刃有余,十分敬佩,然而几年前,她也是和我一样,从新人做起,从不懂到懂,从生疏到熟练,我想这不可能是朝一夕之间的事情,这就需要我脚踏实地,不气馁,不放弃,一点一滴地学习,一步一步地成长。
2、我明白了工作需要认真谨慎的态度,细节决定成败。
3、我明白工作需要吃苦耐劳的精神。
很多人认为这份职业无论是环境还是其他的方面,女孩子都很难坚持下去。但我不认同,我有信心还有决心,不管前面的路怎样,我都会持之以恒,我也相信付出与收获成正比,我一定能做好这份职业。

三、自身不足
1、目前刚刚毕业经验实在匮乏,预算所用的软件也并不熟练,毕竟“纸上得来终觉浅”,今后在项目上多多利用剩余时间去实地学习,尽快将图纸与施工现场对应起来,熟悉工序流程,做好预算工作。
2、对上海造价方面的法律法规缺少关注度,而上海的规范定额与我之前所学江苏省的又有一些区别。今后我会加快对上海规范定额的熟悉,平时也多搜集相关资料,了解上海地区的工程预算方法。
四、总结
时光荏苒,没想到实习这么快便要落下帷幕,感谢实习期间大家对我的关怀与鼓励,希望未来的路也能在森信和大家一同度过。
文/预算部 庞心雨

梦想开始的地方



人生每一次的选择都意味着告别过去,开始新一段征程。我怀着对未来美好的憧憬和干一番事业的决心来到森信公司,加入到一个新的团队,希望在此实现我的梦想。
来到森信集团已经三个多月的时间了,很庆幸能够加入到这个团结和睦的团队,庆幸能够遇到对我关怀备至的领导,庆幸拥有这么多亲切热情的同事,我切身感受到了团队精神带给我的自豪感和使命感。入职资料员虽然时间不长,但领导对工作的精益求精、同事间友好和谐的工作态度,这些都让我感觉到加入森信工作是正确的选择,能成为公司一员,我感到无比的自豪。我相信我的这种自豪感将会使我

更有激情地投入到工作中去。
冰冻三尺非一日之寒,我深知要把我们部门所需能力全部掌握并非一朝一夕能完成的,也不是快马加鞭就能赶上的。我需要不断学习、积累、再积累,在这段时间我总结了以下几条:首先要找准自己的工作定位,明确自己的工作职责,加强同事之间的沟通,汲取别人经验;二是工作中要从改造自己入手,适应环境,中及时反思自己工作中存在的问题,努力培养和提升自己各方面的能力;三是从细微工作入手,积极调整个人心态,做好工作细节,细节决定成败。工作中不断地调整自己的心态,以积极的心态做事,一个人如果在任何时候都能保

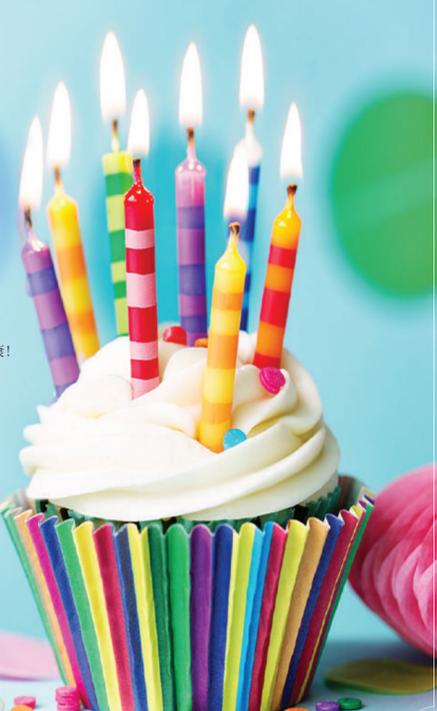
持快乐、积极的心态,那么这个人一定是生活中的强者,因为快乐积极的态度会让人变得坚强有力起来。在工作中要有目标,不怕失败,不怕被拒绝,成功才会离你越来越近,同时要反省“我今天哪里做得好,我今天哪里还可以做得更好”。通过不断地反省,不断地进步,不断地靠近成功。
新的舞台,新的机遇,新的挑战,以后是未知的,未来有无限可能性,我希望做一个负责任的人,一个值得信赖的人。面对机遇,面对挑战,我会自信地接受,我相信我们可以一起创造辉煌。
图并文/江湾医疗用房项目 侯拓

董事长王文其携全体董事 祝员工生日快乐

- 7月1日 农历五月初八
寿星:于宏明
祝公司兴旺发达,自己前程广阔!
7月3日 农历五月初十
寿星:孙安伯
祝公司蒸蒸日上,家人平平安安!
7月4日 农历五月二十一
寿星:夏盛兵
祝公司兴旺发达,全家幸福安康!
7月6日 农历五月二十三
寿星:周进军
祝公司兴旺发达,全家幸福安康!
7月6日 农历五月二十三
寿星:马小亮
祝公司蒸蒸日上,家人平平安安!
7月6日 农历五月二十三
寿星:戎伟
祝公司兴旺发达,家人身体健康!
7月6日 农历五月二十三
寿星:黄晓斌
祝公司蒸蒸日上,家人平平安安!
7月6日 农历五月二十三
寿星:王萌
祝公司兴旺发达,全家幸福安康!
7月9日 农历五月二十六
寿星:卢飞
祝公司兴旺发达,家人身体健康!
7月9日 农历五月二十六
寿星:王铭豪
祝公司越来越好,各班评优越来越多!

- 7月12日 农历五月二十九
寿星:姚后权
祝公司兴旺发达,家人开开心心!
7月13日 农历六月初一
寿星:金昇
祝公司蒸蒸日上,家人身体健康!
7月17日 农历六月初五
寿星:钟永旺
祝公司兴旺发达,全家幸福健康!
7月17日 农历六月初五
寿星:毛金华
祝公司蒸蒸日上,家人平平安安!
7月18日 农历六月初六
寿星:陈平
祝公司繁荣昌盛,家人幸福平安!
7月19日 农历六月初七
寿星:景明珠
祝公司蒸蒸日上,家人平平安安!
7月19日 农历六月初七
寿星:周兴其
祝公司兴旺发达,家人朋友幸福健康!
7月19日 农历六月初七
寿星:于进
祝公司繁荣昌盛,家人健康平安!
7月20日 农历六月初八
寿星:石龙
祝公司蒸蒸日上,家庭生活美满!
7月21日 农历六月初九
寿星:杨飞
祝公司蒸蒸日上,家人平平安安!

- 7月21日 农历六月初九
寿星:冯燕
祝女儿身体健康,开心成长!
7月21日 农历六月初九
寿星:周小鹏
祝公司兴旺发达,家人健康康!
7月22日 农历六月初十
寿星:刘生荣
祝公司蒸蒸日上,家人平平安安!
7月27日 农历六月十五
寿星:张景格
祝公司越来越红火,家人身体健康!
7月27日 农历六月十五
寿星:杨永才
祝公司繁荣昌盛,家人健康平安!
7月29日 农历六月十七
寿星:张冲
祝公司蒸蒸日上,家人健康康!
7月29日 农历六月十七
寿星:顾森然
祝公司日益增长,家人健康平安!
7月29日 农历六月十七
寿星:王进
祝公司蒸蒸日上,越来越强大!
7月31日 农历六月十九
寿星:毛卫东
祝公司繁荣昌盛,家人健康平安!



喜报



董事长王文其连续多年被聘为上海市公安局特邀监督员,上海市公安局交警总队特邀监督员。
董事长王文其被聘为上海市第一中级人民法院特邀监督员。



上海森信建设集团有限公司技术中心被评为上海市认定企业技术中心

公司被授予 “上海市和谐劳动关系达标企业”

由上海市人力资源和社会保障局、上海市总工会、上海市企业联合会、上海市工商业联合会共同组织开展了2018年上海市和谐劳动关系创建活动。我司光荣被授予“上海市和谐劳动关系达标企业”。
此次活动目的是号召全市企业“树立企业和谐发展观,激发企业竞争力;坚定守法经营,履行企业法定义务;依托‘劳动关系协调三方机制’

平台,提升内部管理能力;发挥企业文化正能量,积极推动职工文化建设。”共同参与和谐劳动关系创建活动。
据悉获此殊荣的企业将获得一系列政策激励,包括:符合相应条件的达标企业,不纳入劳动保障监察部门的主动监察范围;符合相应条件的达标企业,不纳入社会保险经办机构的主动审计稽核范围;符合相应条件的达标企业,在申请实行其他工作间制

度并获批时,适当延长批复有效期;符合相应条件的达标企业,可优先申报首席技师资助、上海市技术能手评选等项目,享受企业职工职业培训补贴等优惠政策。此外,在企业参选文明单位,企业经营者参选市、区级劳模,以及非公有制经济代表人士综合评价时,创建和谐劳动关系是否达标也是前提条件。
文/行政办 屈晓刚

规划自我,提升素养,扬帆森信之旅 ——2018年度新员工座谈会

2018年6月21日下午,公司在淞良路会议室组织了2018年度新员工座谈会。天津分公司、济南分公司通过视频连线,共25位新员工参加了会议;总经理朱璧珏出席会议,并与新员工进行广泛坦诚的交流。
会议由人力资源办冯小琴经理主持。冯经理对新员工的到来表示热烈欢迎,并祝贺他们顺利转正,正式成为森信一份子;希望大家借此交流的机会,对于目前工作和项目生活畅谈想法和意见。
随后,新员工依次进行自我介绍,员工代表就目前工作内容进行了交流发言,针对工作中的问题提出了见解,并感谢公司提供的机会和支持。
对新员工的发言,朱总从自身职业感受出发做了举例回应,并表示:进入森信,就是一家人,希望新员工们都能够合理规划个人职业脉络、锤炼职业素养。同时,朱总还对大家提出了一些要求:1、审视今后的自我发展,工作积极主动;2、提升自我业务能力,理论知识与经验并重;3、钻研技术,强化相关规范的学习。
通过此次会议,新员工进一步了



了解了公司现状和发展前景,同时也亲身感受到了公司对新员工的重视和关怀,坚定了为公司发展贡献力量的决心。
文/人力资源部 朱汉玉
图/行政办 袁歆

党团联动引新潮 青年骨干促发展 ——公司团总支换届选举大会顺利召开



2018年6月16日上午8时30分,共青团上海森信建设集团有限公司第二次团员大会在集团一楼会议室及天津、济南分会场顺利召开;集团董事长王文其、曲阳街道团委书记黄夏芸、集团总裁王铭豪及公司党支部书记出席了会议。
公司第二次团总支换届选举大会在庄严的国歌声中拉开帷幕。曲阳街道团委书记黄夏芸同志介绍了曲阳团委工作开展情况,并对我司团总支换届选举组织工作予以肯定。按照严格的选举组织程序,大会通过了选举办法,通过了总监票人、监票人和计票人、唱票人,各位团员以无记名差额投票的方式选举产生了新一届团总支委员会。

会上,公司总裁王铭豪对新当选的新一届团总支委员表示祝贺,并呼吁广大团员青年要主动深入施工一线,勇于承担急、难、险、重任,充分发挥自身优势,在工作实践中寻求新突破、研讨新方法、推出新成果、做出新贡献。
公司董事长王文其同志对公司团总支及青年提出殷切希望,他指出:企业发展的希望在于创新创造,创新创造的希望在于青年,希望大家牢记使命,不负重托,开拓进取,奋发有为,让青春在努力实践公司跨越式发展征程上大放异彩。
文/行政办 顾闯



上海森信建设集团有限公司开展“我的初心使命”主题党日活动

为隆重纪念中国共产党成立97周年,学习贯彻好党的十九大精神,积极发挥我司党组织凝聚力、号召力,激励广大党员树立崇高理想和坚定信念,按照曲阳路街道党工委相关工作,公司于2018年6月30日上午8:00在淞良路会议室开展“我的初心使命”主题党日活动。公司全体党员、新一届团总支委员会委员、入党积极分子及推优对象共同参与了本次活动。

会上,全体成员共同收听“奋斗吧,我和我的祖国”音频党课,并相互交流了学习心得。“奋斗吧,我和我的祖国”音频党课多角度展现了祖国的繁荣发展以及美好未来,阐述了一些新思想、新理念,讲述了一些贴合我们关注的现实问题。由上海大学授课教师陶倩带来的第九讲《中华民族从富起来到强起来的五年》,简明扼要地概括了近代以来中国实现飞跃的历史进程,又深刻揭



示了中国特色社会主义不断开辟发展新境界的历史意义。

会后,全体成员共赴中共一大会议纪念馆。党的一大会议,是中国革命原点,在神州大地上

永远闪耀着指引未来的光芒,参加活动的每名成员都认为这次活动意义非凡,受益匪浅,不仅让自己再一次接受了党的教育,更是对自己思想的一次洗礼。大家纷纷表示,在今后工作中必

将不忘初心、牢记使命、立足岗位、埋头苦干,为助力公司发展作出应有贡献!

文/行政办 顾闻图/信息中心 吴杰



粽叶飘香南航项目喜迎结构封顶

6月18日上午9:38分,在这个情浓端午、粽叶飘香的日子里,随着最后一罐混凝土顺利浇筑完成,我公司南航上海虹桥基地项目迎来了一个重要的施工里程碑节点——1号楼钢结构区域最后一层混凝土结构楼层板(屋面)浇筑完成。至此,南航项目顺利完成了所有主体结构的施工,这是该项目1号楼两钢筋混凝土主体单元完成后,通过钢结构连廊区域的钢混结构,实现真正意义上的结构贯通和封顶。

南航项目1号楼主体塔楼结构于2016年9月18日正式开始施工,历经118天的日夜奋战,以同行人员难以

置信的施工速度于2017年1月13日顺利完成了1号楼主体塔楼的结构封顶,后该项目经历了钢结构的拼装、钢结构整体提升、高排架搭设及混凝土结构施工的高难度施工阶段,终于近期完成了所有的主体结构施工任务,进入到该项目的初装修收尾的冲刺阶段。南航项目这次的结构封顶,预示着本项目离最终的竣工目标又近了一步,南航项目在项目全体人员的共同努力下,定将于2018年下半年圆满完成项目所有施工任务,给这个历经坎坷而又漫长的南航项目画上一个完美的句号!

图并文/南航项目部 杨飞



开展消防演练 防患于未然



6月21日,我司江湾医院项目部进行了一次施工现场“火灾救援”的应急预案演练。本次消防演练的目的在于普及消防知识与操作技能,提高现场施工人员在火灾发生时的灭火救灾、自救自护能力,促进本项目的消防管理水平,有效遏制重大火灾事故的发生。

1、施工区域突然冒出浓烟并有火光。施工人员发现后立刻撤离并报项目防火负责人。



2、防火负责人在接到报告后立即启动《施工现场火灾事故应急救援预案》,吹响哨声,召集现场人员组织自救。同时安排施工人员撤离。



3、撤离的过程中,发现有一名人员受伤,消防救援小组立刻开展急救工作。首先初步检查受伤人员情况,并展开简单急救。其次立刻送往医院治疗。



4、应急演练结束,由演练总指挥对整场演练中存在的问题与不足进行讲解与总结,并发放安全教育手册。



此次消防演练具有很强的实战性和针对性,演练取得圆满成功,达到了预期效果。图并文/江湾医院项目部 冯淑宝

建筑业10项新技术(2017版)宣贯学习感想

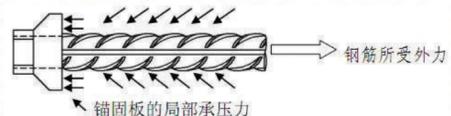
6月份参加了上海市工程建设管理协会组织的为期两天的《建筑业10项新技术》2017版学习,深感科学发展和创新驱动已经成为时代的主旋律。在人口老龄化,劳动力紧张、创新快速发展的大趋势下,新增装配式混凝土结构技术;升级更新绿色施工技术、建筑节能、建筑信息化等相关内容。使用范围以建筑工程应用为主,每项技术具有一定实用性、成熟性与可推广性。

一、地基基础和地下空间工程技术

地基基础和地下空间工程技术删除6项,新增4项。删除6项。其中已经充分普及的有3项:土工合成材料应用技术、复合土钉墙支护技术、高边坡防护技术;较少应用的有3项:爆破挤淤法技术、能化气压沉箱施工技术、双梁能预裂与光面爆破综合技术。新增4项。水泥土复合桩技术、地下连续墙施工技术、超浅埋暗挖施工技术、综合管廊施工技术。

二、钢筋与混凝土技术

在10项中将“混凝土技术”和“钢筋及预应力技术”合并为“钢筋与混凝土技术”。推广钢筋机械锚固技术应用:



该技术相比传统的钢筋机械锚固技术,在混凝土结构中使用钢筋锚固板,可减少钢筋锚固长度,节约锚固钢筋;锚固板与钢筋端部通过螺纹连接,安装快捷,质量及性能易于保证;锚固板具有锚固刚度大、锚固性能好、方便施工;可大大简化钢筋工程的现场施工,避免了钢筋密集拥挤、绑扎困难的问题,可改善节点受力性能和提高混凝土浇筑质量。

三、装配式混凝土结构技术

新增装配式混凝土结构技术分10个子项,分别是装配式混凝土剪力墙结构技术、装配式混凝土框架结构技术、混凝土叠合楼板技术、预制混凝土外墙挂板技术、夹心保温挂板技术、叠合剪力墙结构技术、预制预应力混凝土构件技术、钢筋套筒灌浆连接技术、装配式混凝土结构建筑信息模型应用技术、预制构件工厂化生产加工技术。

装配式混凝土结构定义:由预制混凝土构件通过各种可靠地连接方式装配而成的混凝土结构(见规范JGJ1-2014《装配式混凝土结构技术规程》)。

四、绿色施工技术

绿色施工技术由2010版中的14个子项升级更新为11个子项,分别是封闭降水及水收集综合利用技术、透水混凝土与植生混凝土应用技术、建筑垃圾减量化与资源化利用技术、施工现场太阳能空气能利用技术、施工扬尘控制技术、施工噪音控制技术、绿色施工在线监测评价技术、工具式定型化临时设施技术、垃圾管道垂直运输技术、混凝土楼地面一次成型技术、建筑物墙体免抹灰技术,其中后9项均为新增技术。

五、信息化技术

全面更新了建筑信息化技术。用全新的信息化技术提升传统的建筑行业,由2010版中的8个子项升级更新为9个子项,分别是基于BIM的现场施工管理信息技术、基于大数据的项目成本分析与控制信息技术、基于云计算的电子采购技术、基于互联网的项目多方协同管理技术、基于移动互联网的项目动态管理信息技术、基于物联网的工程总承包项目物资过程监管技术、基于物联网的劳务管理信息技术、基于GIS和物联网的建筑垃圾监管技术、基于智能化的装配式建筑产品生产与施工管理信息技术。

信息化技术2017版与2010版对比:

信息化技术 (2017版)	信息化应用技术 (2010版)
<ul style="list-style-type: none"> 云计算 BIM 互联网+ 大数据 物联网 智能化 	<ul style="list-style-type: none"> 虚拟仿真 自动化 信息化管理 监控管理

《建筑业10项新技术》对建筑工业化、信息化等重要领域技术进行了全面升级,突出“先进性、适用性、成熟性与前瞻性”的特点,为未来一段时间建筑业发展提供指引;是未来城镇化建设主流发展方向,是建筑业发展的风向标。

公司各项目对《建筑业10项新技术》均有应用,尤其对新增的前沿技术在上应用上也有一定的成果。如混凝土楼地面一次成型技术,在上海统一企业饮料食品有限公司建设饮料和方便面生产一期、二期项目,天津统一企业厂项目均采用混凝土楼地面一次成型技术,且进一步优化提升,形成具有自主知识产权的工法、专利;钢结构提升技术,在南航上海虹桥基地项目中将570吨钢结构安装。



统一厂项目楼地面一次成型技术应用



南航项目钢结构连廊提升技术应用

号召公司员工,紧跟国家、行业科学技术发展的趋势,努力学习,进一步探索、创新、总结新技术成果,为公司发展做好技术储备;同时通过多种途径,开展技术交流,创新技术研发的工作方法,为公司持续、健康、快速发展做好技术支持。

文/泰悦盛景项目部 徐长喜 申报人/总工程师 陈海进

编辑推荐



书名:《逆袭为王》 作者:金心 价格:26.5(平装)

编辑推荐

推荐 1:没有天生的王者,马云、刘强东、董明珠都曾经过着屌丝般的生活……

推荐 2:你的未来会怎样?这完全取决于你的态度。

推荐 3:这是好的时代,也是坏的时代。当你决定去战斗,请穿上这件战袍,先逆后反而为王。

内容推荐:

如今,很多年轻人都自嘲为“屌丝”,感叹自己生不逢时、运气不好,心甘情愿地碌碌无为。可是,一个人的出身、家庭的贫富等不应该成为成功路上的大障碍,平凡不可怕,可怕的是心甘情愿地维持平凡状态。古往今来,很多英雄豪杰的出身并不比普通人好多少,甚至还特别差,但他们通过自身的不懈奋斗,最终成就了一番伟大的事业,实现了自己的人生价值。这就告诉我们,没有家世背景,没有巨大财富,一穷二白,白手起家,照样也能成功。

对于我们来说,逆袭不是虚无缥缈的,无论你多么渺小,只要你肯努力,只要你愿意拼搏,就能书写出不一样的神话。人生没有百分之百的顺风顺水,人都是在失败中逆袭生长。重要的是不要放弃自己,只要紧盯目标,不断地向着人生完美的方向努力,终究有一天,你也会实现人生的逆袭,实现自我的华丽转身。

雨后的某一时刻,一只蜘蛛在墙上艰难地向它那支离破碎的网爬去。可墙面非常湿,总是爬不上去。然而,蜘蛛一次又一次艰难地爬起来,继续向上爬……看到雨后的蜘蛛,有人认蜘蛛就像现在的自己,终日忙碌,虽然辛苦,但依然无法达到自己的终点,于是就会选择自我消沉;有的人则会被蜘蛛

的屡战屡败所感动,让自己变得坚强起来。你的未来会怎样?完全取决于你的态度。无法正确面对生活中的挫折,也就没有资格去羡慕别人的成功,更没有资格哀叹自己。

人生道路注定不是一帆风顺的,没有谁生下来就是成功者。所谓的王者,只不过是困难和失败面前,成了“打不死的小强”,无论经历多少次失败,他们都会再次站起来。可以说,他们的成功,不过是因为站起来的次数比失败的次数多了一次。

人的一生,就是奋斗的一生。在这有限的生命里,每个人都会遇到各种各样的困难。正如网络上所言:“人生就像心电图,一帆风顺,就说明已经挂了。”这也在警醒我们,在人生成长的道路中,谁都会遇到困难,谁都会遭逢坎坷;在生命长河里,有些暗礁和险滩,注定是绕不过去的。所谓的成功者,只不过是人生的低谷中勇敢地站起来,面对困难,一直朝着自己心中的梦想而努力奋斗。

现实中,人人都渴望成功,不愿品尝失败的苦涩。但是,人生之旅就是一个失败与成功不断交替的过程,在这条道路上,有玫瑰就有荆棘。要想摘得漂亮的花儿,就必须得往荆棘刺脚。“不经一番寒彻骨,怎得梅花扑鼻香”,不经历失败的磨砺,怎会摘得成功的花环?

很多人之所以害怕体会失败的滋味,主要是担心自己被失败情绪笼罩太久,渐渐失去奋斗的动力。要知道,今日的败局不一定是死局,更不代表明天的命运。在成功的道路上,即使跌倒了,也不要紧,只要重新站起来,就能跨过失败,成功实现自我逆袭!

世上没有绝望的境地,只有对处境绝望的人。面对困境,如果打算破釜沉舟、背水一战,就要敢于放手一搏;缩手缩脚、胆小怕事,最终必将变得不知所措。顽强的人总能在困境中看到希望,生命的价值自然更会不同于其他。

作者简介:

金心
九型人格导师
国际今心九型人格研究中心理事长
国内著名性格分析专家
久善今心国际教育集团主席
2008年通过全国选拔入选300人国务院危机干预中心专家团骨干成员,成为赈灾志愿者到四川地震重灾区彭州和北川从事2个月儿童心理危机辅导,被评为彭州荣誉市民。
2017年被授予“中国企业教育杰出人物”荣誉称号,并作为中国教育培训界及广西企业家代表出席2017第八届中欧企业家峰会。

如果C罗请你去吃饭,千万别去

管理人生

前几天,前曼联球员埃弗拉在节目中表示:“如果C罗邀请你去他家里吃饭,要对他说不。”原因是,有一次,他被C罗邀请回家吃饭,结果桌上只有沙拉和白煮鸡肉,没有期待中的“硬菜”。他刚吃完就被叫起来训练,说好的吃饭呢?这顿午餐,让队友认识到“这个男人,他是一台机器,他永远不会停止训练。”

管理自己

C罗是谁?一位33岁的足球运动员。

率皇马三度蝉联欧冠冠军,创造欧冠改制后未曾有过的奇迹;

带领葡萄牙豪夺欧洲杯冠军,刷新了葡萄牙国家队的历史;

五座金球奖加身,放眼当今足坛恐无人能敌。

在本月16号的比赛中,面对劲敌西班牙队,他以一己之力拯救了整个国家队。

球员最好的年龄是23-30岁,33岁的他在接受媒体采访时却说:“如今的我,有着23岁的身体。”凭什么C罗越活越年轻,人到中年反而越踢越猛?答案很简单。

站在行业金字塔顶尖的人,都很会做自我管理。

极致的身材管理

为了让自己更强壮,他从18岁开始就疯狂健身。C罗的体脂率仅有7%,而普通运动员的体脂率通常在10%左右。

一次在土耳其踢完欧冠后,凌晨三点到达机场,



学会自我管理,人生究竟会有多大的改变?看古代最后一个圣人、晚清重臣曾国藩就知道。

其他球员都开车回家休息,只有C罗去了训练中心健身房锻炼。

苛刻的时间管理

C罗每天的生活非常规律,睡眠时间绝对不少于8个小时,日常身体训练不少于3个小时。

他几乎很少放纵自己把时间浪费在没有意义的事情上,也因此被队友戏称为“瑞士手表”。

清晰的目标管理

一次C罗和队友打乒乓球,队友击败了他,C罗非常不开心。

之后,他让自己的堂兄去买张乒乓球拍,在家里练习了两个礼拜。然后他又和队友打了一场,他在所有人面前赢得了胜利。

有目标,有执行力。正是这清晰的目标管理能力,让C罗不断超越,不断精进。

成功或优秀,靠天赋是远远不够的,还必须要学会全方位的管理自己。

你的时间、你的身材、你的自律、你的执行力、你的目标……

前面我们谈到的都是管理自己有多重要,接下来告诉你,那些不会管理自己的人是如何摧毁下一代的。

前几天我的朋友来向我吐槽,“我儿子不仅不爱学习,还特别爱玩手机,真是太让人操心了。”

我反问他:“你下班之后是不是经常躺在床上刷朋友圈?”

接着他说:“我儿子太不懂事了,什么事情都让我们夫妻俩操心,他怎么一点上进心都没有。”

我又问他:“你自己是不是那种目标感很强的人?”

两句话,让他无语可说。

到今天,我都不太能相信,一个拖延症父母,能养出一个执行力很强的孩子,一个不自律的父母,能养出一个自驱力很强的孩子。

曾国藩的家族两百多年来,后裔有成就者多达200余人,绵延十代,没有出现过败家子,堪称中国家族史上的奇观。原因不言而喻。他们把自律、自省、执行力、自驱力等自我管理当成了一种家风。自己把自己管理好,孩子在耳濡目染

管理他人

之下,自然不会太差。

最近几年,我观察了不少身边人,特别是电视上的励志名人,最大的体会就是,人与人之间,差距真的很大。

其中有一类人,占比例极少,他们总能把时间安排的很好,目标感清晰,执行力超强,整个个人周身环绕的气场永远充满活力,永远充满热情。

C罗和曾国藩属于这一类。

还有一类人,占比例极大,他们总是感慨每天都很忙,却不知道整天在忙什么,拖延症爆发,做事拖沓,更别提有什么人生规划、事业规划。

我那位朋友和他的孩子属于这一类。

两类人的状态,一天看不出差别,久而久之,人生绝对对是两种截然相反走向。问题到底出在哪里了?其实很简单,前者在意识层面里,高度重视自我管理,管理身材也好,管理时间也好,他们把自己当成一个队伍、一家公司在经营。知道自己想要什么、明白怎么实现自己的目标,并为之付出行动,这就是自我管理意义所在。

你总不能浑浑噩噩地把这一辈子过完吧!

你的事业该怎么规划你的生活该怎么打理你的状态该怎么调整名字为“你”的这家公司该怎么运营

自我管理是一种技能,它由一系列的习惯组成,与开车、打球并没有什么不同。

既然是技能,就说明它并不是天生的,可以通过后天习得,如同我们的肌肉一般,可以被训练。

掌握了自我管理的方法和技巧,你就是自己的贵人和企业CEO。

自我管理是我们对自己的目标、思想、心理和行为等等进行管理。自己约束自己,自己管理自己,最终实现目标的过程。

在时间越来越碎片化、看似越来越不可控的当下,自我管理就是让你掌握工作和生活的主导权,化资源为成果的不二法门。

每天都在忙,但感觉在瞎忙;精力总是被分散、工作总是被加塞;和领导处不来,升职加薪从来与你无关……

困扰现代职场人的这些问题,都可以通过自我管理解决。它让你掌控工作生活的主导权。

文/本刊编辑部摘自 新浪网

《关于开展工程建设项目审批制度改革试点的通知》解读

2018-05-20

日前,国务院办公厅印发《关于开展工程建设项目审批制度改革试点的通知》(以下简称《通知》)。住房城乡建设部新闻发言人就此进行了政策解读。

一、《通知》出台的背景是什么

党中央、国务院高度重视创造良好营商环境和简政放权、放管结合、优化服务改革有关工作。习近平总书记强调,要清理废除妨碍统一市场和公平竞争的各种规定和做法,激发各类市场主体

活力,实施高水平的贸易和投资自由化便利化政策。李克强总理指出,营商环境就是竞争力,就是生产力;推动经济发展的着力点要由“抓项目”转向“抓环境”,把“放管服”改革向纵深推进。

二、改革的主要目标是什么

改革的主要目标是,2018年试点地区建成工程建设项目审批制度框架和管理系统,审批时间压缩一半以上;2019年在全国范围开

展工程建设项目审批制度改革,上半年将审批时间压缩至120个工作日;2020年基本建成全国统一的工程建设项目审批和管理体系。

三、改革的主要任务和措施有哪些

《通知》主要明确了三方面改革任务和措施:

(一)统一审批流程。一是按照工程建设程序将工程建设项目审批流程划分为项目立项用地规划许可、工程建设许可、施工许可、竣工验收四个阶段,相关审批事项归入相应阶段。二是对工程建设项目实施分类管理,根据工程建设项目类型、投资类别、规模大小等,分类细化审批流程,确定审批阶段和审批事项。三是推行并联审批,每个审批阶段确定一家牵头部门,实行一家牵头、并联审批、限时办结。

(二)精简审批环节。采取“减、放、并、转、调”等措施,实现工程建设项目审批能减则减、能放则放、能并则并、能转则转、能调则调。一是“减”,取消不合法、不合理、不必要的审批事项和前置条件。比如,取消施工合同备案、建筑节能设计审查备案等事项。二是“放”,按照方便企业和群众办事的原则,扩大下

放或委托下级机关审批的事项范围,并确保下级机关接得住、管得好。三是“并”,由同一部门实施的管理内容相近或者属于同一办理阶段的多个审批事项,应整合为一个审批事项。推行联合勘察、联合测绘、联合审图、联合验收等。如将消防设计审核、人防设计审查等技术审查并入施工图设计文件审查,相关部门不再进行技术审查。四是“转”,审批机关能够通过征求相关部门意见解决的事项,转变为政府内部协作事项。推行告知承诺制,由政府公布实行告知承诺制的审批事项清单及具体要求,申请人按照要求作出书面承诺,审批部门直接作出审批决定并监督申请人切实履行承诺。五是“调”,完善相应制度设计,让审批时序更加符合工作实际。如将供水、供电等市政公用基础设施报装提前到施工许可证核发后办理等。

(三)完善审批体系。完善审批体系



四、改革的同时如何加强监管

坚持放管结合、放管并重,在推进工程建设项目审批制度改革的同时,建立健全相应的监管体系。

一是加强事中事后监管,建立透明、规范、高效的协同监管机制,全面推行“双随机、一公开”监管,加大监督检查力度,严肃查处违法违规行为。对于实行告知承诺制的审批事项,审批部门要在规定时间内对申请人履行承诺的情况进行检查,申请人未履行承诺的,要撤销行政审批决定并追究申请人的相应责任。

二是加强信用体系建设,建立诚信档案和黑名单制度,将企业和从业人员违法违规、不履行承诺的不良行为向社会公开,构建“一处失信、处处受限”的联合惩戒机制。

三是规范中介和市政公用服务,建立健全管理制度,实行服务承诺制,明确服务标准和办事流程,规范服务收费。市政公用单位要严格按照国家法律法规和有关规定办理业务,公开办理流程,提高工作透明度,严格执行限时办结制度。

五、住房和城乡建设部如何做好《通知》贯彻落实工作

住房和城乡建设部将会同有关部门指导地方真抓实干贯彻落实工作。

一是强化组织领导。住房城乡建设部要切实承担起工程建设项目审批制度改革工作的组织协调和督促指导责任,各有关部门要加强协作、密切配合。试点地区要成立以主要负责同志为组长的工程建设项目审批制度改革工作领导小组,研究重大问题,明晰目标要求,完善工作机制,层层压实责任。

二是加强对试点工作的指导。住房城乡建设部会同相关部门督促、指导试点地区按照《通知》要求,研究制定试点实施方案,加强专题培训,通过政策解读、经验交流、实地考察等方式,

加强与试点地区的沟通联系,定期了解试点地区改革进展情况,及时研究解决改革工作中遇到的问题。及时总结试点做法,形成可复制、可推广的经验,指导全国开展工程建设项目审批制度改革工作。

三是开展考核评价工作。住房城乡建设部要会同相关部门建立工程建设项目审批制度改革考核评价机制,重点考核评价试点地区全流程、全覆盖实施改革情况,考核评价试点地区统一审批流程、精简审批环节、完善审批体系等情况。试点地区人民政府要加大对有关部门改革工作的督查力度,跟踪督查改革任务落实情况。

文/行政办李士国摘自 中国建筑业协会网站

电子化试点证书汇总表

序号	单位名称	试点电子化证书名称
1	北京市住房和城乡建设委员会	住房和城乡建设领域专业人员岗位培训考核合格证书
2	上海市住房和城乡建设委员会	二级建造师注册证书
3	重庆市住房和城乡建设委员会	1.住房和城乡建设领域专业人员岗位培训考核合格证书 2.住房和城乡建设行业技能人员职业培训合格证书
4	江苏省住房和城乡建设厅	1.住房和城乡建设领域专业人员岗位培训考核合格证书 2.建筑施工企业“安管人员”安全生产考核合格证书 3.建筑施工特种作业操作资格证书 4.二级建造师注册证书 5.二级建造师注册证书 6.二级结构工程师注册证书
5	浙江省住房和城乡建设厅	1.建筑施工企业“安管人员”安全生产考核合格证书 2.二级建造师注册证书
6	陕西省住房和城乡建设厅	1.住房和城乡建设领域专业人员岗位培训考核合格证书 2.建筑施工企业“安管人员”安全生产考核合格证书 3.建筑施工特种作业操作资格证书 4.二级建造师注册证书 5.二级建造师注册证书 6.二级结构工程师注册证书
7	四川省住房和城乡建设厅	住房和城乡建设领域专业人员岗位培训考核合格证书

住房和城乡建设部办公厅关于同意在部分地区开展住房和城乡建设领域从业人员有关证书电子化试点的复函

各省、自治区住房和城乡建设厅,直辖市建委及有关单位,新疆生产建设兵团住房和城乡建设局:

为进一步推动建筑业改革发展,提高政务服务效能,经研究,同意北京市、上海市、重庆市、江苏省、浙江省、陕西省、四川省开展住房和城乡建设领域从业人员相关证书电子化试点,电子化证书与纸质证书具有同等效力。电子化试点证书名称详见附件。

请各试点地区做好信息互通共享,对同一试点证书采用统一的电子化证书格式。做好与现有政策的衔接,加强对取得电子化证书人员身份实名认证。加强相关信息系统运行维护、数据管理和备份,确保数据安全可靠。及时做好相关数据的对接、上传,实现证书网上查询和跨省互通互认,为下一步全面推行证书电子化工作积累经验。试点中有有关情况和问题应及时报告。

附件:电子化试点证书汇总表

中华人民共和国住房和城乡建设部办公厅

2018年5月23日

文/行政办李士国摘自 中华建筑报

为加入森信而自豪



来到森信已经三个多月的时间了，在这段时间里，我深深感到公司领导们对工作的精益求精、不断创新，对员工的无微不至。能成为公司的一员，我感到无比自豪，这种自豪感也将使我有更激情地投入到工作中。

作为一名新员工来说，尽管在过去的工作中积累了一定的经验，但刚进入公司难免还是有点压力。为了能让自己尽早进入工作状态和适应工作环境，遇到问题我及时请教同事，积极学习工作所需要的各项专业知识，努力提高自己的业务水平。这段时间我学到了很多知识，自己的技术水平也得到了很大提

高，过得非常充实和快乐。在这里，我要特别感谢在这段时间帮助过我的领导和同事，正是因为有了他们无微不至的关怀和不厌其烦的帮助，才使我尽快地适应了环境，全情地投入了工作。我喜欢施工员这个具有很高的挑战性工作岗位，能让我把自己多年的实践学以致用，发挥我处理问题等方面的能力。因为对工作的喜欢，我能全情投入到工作中去。

作为新员工，我会去主动了解、适应环境，同时也要将自己优秀的方面展现给公司，我还要时刻保持高昂的学习激情，不断地补充知识，提高技能，以适应公司的发展。我相信只要能端正心态、有十足的信心勇敢地走下去，就一定会取得成功。社会在发展，信息在增长，挑战也在加剧，我不仅要发挥自身的优势，更要通过学习他人的经验来提高自己的素质。森信公司的发展目标是宏伟而长远的，公司的发展就是我们每个人的发展，我相信我有能力把握机遇。

我要把认真当成一种工作习惯，贯彻到以后的工作中去。我要把工作当作一个学习机会，从中学会处理业务和人际交往。这样不但可以获得很多知识，还为以后的工作打下良好的基础。人的

一生就像城市中的公交车，有许许多多的驿站，每到一个驿站就意味着一个新的征程。我怀着美好的希望和从零开始的心态加入到森信公司这样一个充满生机活力的团队中开始了我的一个新征程。

在这个月21日举行新员工转正座谈会内容主要有团队拓展训练、企业文化介绍、公司领导讲座、各部门负责人讲授有关规章制度和自身经验的传授等等，虽然整个会议的时间并不长，但在这很短的时间里，我的知识得到了更新、团队精神得到了提高、情操得到了陶冶，使我受益匪浅。

一是要加强同事之间的沟通，努力提高团队精神。二是从改造自己入手，适应企业生存环境。三是从细微工作入手，积极调整个人心态。做事不贪大、做人不计小，因为细节决定成败。以上是我在工地中得到的一点体会。我会时刻保持高昂的学习激情，不断地补充知识和努力改变自己的不足，使自己成为一名适应公司发展需要的优秀员工。最后我希望各位新员工和我一起奋进，去感受成功后的喜悦，让我们齐心协力，为森信公司更辉煌的明天而奋斗。

文 / 安装分公司 俞和平

新员工入职感想

3月份我加入到森信这个大家庭，作为一名新员工，森信给我有一种家的感觉、传递给我一种积极向上奋发进取的观念，我很庆幸能加入到这个集团。

我被分配到金山统一二期项目部担任安装施工员，同事们都对我非常得热情，也会帮助我解决在施工、管理方面遇到的问题。现在金山统一项目(二期)是白玉兰创优工程，这对于我们安装员的细节有很高的要求，需要对规范标准严格执行。金山统一(二期)是一个跨年工程，去年主体封顶，今年室内装修及外网施工，现在到了我们安装最繁忙的阶段。水电安装细节工作较多，施工前需要对班组进行技术交底，对施工质量控制尤为重要。技术交底要有针对性，每个不同的施工阶段都要进行技术交底以确保各个施工阶段的施工质量。这段时间对我影响最大的是思想上的转变，做工程不是让它能够竣工验收就

行了，而是干好，做高质量、高水平的工程。

建筑行业不同于其他行业，它需要不断在现场检查、监督，随时发现问题并解决问题。而这些工作都在现场比较艰苦的环境下进行，这就要求我们不断培养吃苦耐劳的精神，放下管理人员的高姿态，从工程的实干中不断丰富自己所学才能，使自己的现场综合处理能力得到锻炼和提高。现在建筑安装上每年都有新的技术、知识在推出，这就要求我们不断学习，及时为自己充电。在工作中不能等待别人告诉自己要去做什么，而是主动去了解自己应该做什么，还能做什么，怎样才能做得更好，并全力以赴地去干好它。

现在公司安排我做安装资料，人生本来就是一个不断学习的过程，在接下来的时间里，我会多多学习，多向同行请教，不断充实，自己保证金山统一(二



期)项目圆满通过验收。

在森信工作是我职业生涯的良好开端，今后我将更为坚定踏实地工作，努力进取。就以一句古语的歌吟作为我的结语：路漫漫，其修远，吾将上下而求索。

文 / 安装分公司 周晓威

站在巨人肩膀上前行



森信是一个团结、奋进、创新、求实的大家庭，非常荣幸能够加入到这里。想到以后都能在这个充满正能量的团队里学习、实现自我价值，就感到自己心中的满腔热血沸腾了起来。

这里我先回顾一下这段时间自己的工作和生活。3月7日我正式加入公司，带我的曹海波师傅不管是在工作中还是生活中都给予了我极大的帮助，他平易近人的态度以及同事们不断的嘘寒问暖，让我觉得进入项目部能做的这个决定非常正确。我也暗暗下定决心一定要尽快适应新的工作环境，这样才能在工作上做出成绩。在海波师傅的带领与介绍下，我大致了解了森商都项目的基本情况，明白了自己的工作内容与职责的重要性，我相信认真与努力在这里一定会得到领导的认可。

在师傅的带领下我帮助负责现场管理的同事，对项目工程里快要竣工大楼的顶层进行了一波彻底的清理，干活的时候虽然感到辛苦、脏和累，但被同事们

的工作热情深深感染。

我尽我所能全力协助曹师傅对曹路项目的竣工图纸资料做归档，近期还参加了公司安排的安全员的培训，因为是4月底考试，所以目前的工作学习节奏在时间上还是很紧张的。幸好在工作中遇到的所有问题都能得到师傅及其他同事们的无私帮助解答。个人的能力是有边界的，团队的潜力是可以不断发掘及提升的。同事之间的互相理解可以加强彼此工作中的协作能力，不仅可以办事效率提升，就个体而言本身也会有新的领悟。

我一定好好工作、多多考证做好一个螺丝钉，在公司需要我的地方发光发热。

文 / 森商都项目部 朱骏昊



加入森信生活变得更美好

来到森信集团有限公司已经三个月了，很庆幸我能够加入到这个团结和睦的团队，庆幸遇到对我关怀备至的领导，庆幸拥有亲切热情的同事。入职金山二期项目虽然时间不长，但项目领导对工作的精益求精、同事间友好和谐的工作氛围，让我感觉到加入公司是正确的选择。

尽管在面试中已经对公司有了一些初步的了解，但进入金山二期项目的第一天，还是对周围的环境感到陌生。为使我们的新员工能尽早地适应工作环境，公司3月10日为我们新员工举办了见面会。在会上，公司领导为我们讲述了公司创办史、未来发展规划及公司的市场战略定位、公司组织机构、流程、人事制度、业务发展及目标等。我还了解到公司以其独特的管理之道为员工创造最佳的发展环境和发展空间，鼓励和帮助每位员工创新，奖励挑战，激发员工个人与公司事业的共同发展，让我们新员工很快融入到新的工作环境中去。所有的这些都让我深深地感受到公司人性化的管理。

进金山二期项目的第二天，王巍带我了解项目工程建设结构状况及危险部位安全防护措施，让我感触颇深。结合来公司金山二期安全工作、学习，我自己的感想如下：

一、安全第一 从心开始：

安全第一，让生活更美好。安全要从我做起，从心开始。安全分三个层次。第一层次是“纸上的安全”，即安全规章、制度和文件等；第二层次是“脑子里的安全”，即员工将这些安全制度文件“装进脑子里”，了解相关安全知识和程序；第三层次是“心中的安全”，也就是有了自觉的安全意识和良好的安全习惯。只有每个员工把安全牢记在心中，从思想上实现“要我安全”向“我要安全”的转变，才能真正实现企业平稳运行、和谐发展。

工作中要虚心。在工作中，对新知识、新技术要虚心请教，切忌不懂装懂。要具有责任心，责任是安全生产的灵魂。工作时要细心，在工作中要想到前头、想得细致、想得周全。安全生产中高温高压、易燃易爆、有毒有害、季节施工、连续作业、点多面广的特点，决定了安全生产始终是我们的薄弱环节。在这个高危行业里，只要出现1%的错误，就会导致100%的失败，每一个细节对安全生产都有很大的影响。工作中要专心，工作的时候要全身心投入。要有耐心恒心，安全工作是一项长期而艰巨的工作。在日常工作中，企业的安全制度操作规程和操作流程要始终坚持，不能有丝毫懈怠，不能有厌烦心理，做到善始善终。

如果我们每个员工都能从我做起，从心开始，牢固树立安全责任心在于我，我与企业共平安并将之始终贯穿于日常工作中，自觉规范操作行为，安全工作的明天一定会更加美好。

二、态度决定一切：

一个人的成功与否，取决于他的人生工作态度。凡是成功者，始终用最用心的思考、最乐观的精神来支配和控制自己。经过对公司文件、文化的学习，以及在工作中与相关人员的接触，专业的知识、良好的工作态度能够反映出一个人的价值取向和人生追求，也彰显了一个人的精神境界。认识到在工作中要勤奋向上学习，培养一种正确的思想观，能坚持自己的底线。持善良、专业和真诚赢取更多的信任，不忘初心，方得始终。

三、认真工作放第一：

要把认真当成一种工作习惯，贯彻到今后的工作中去。安全工作不能放松。

四、加强学习专业知识：

大家从不同的地方走到一起，虽然都有一定的专业知识，但对于公司的文化、发展理念、长远规划要有一个统一的认识。只有通过专业知识学习，才能达到思想上的高度统一；只要心往一处想，劲往一处使，才能加快公司发展脚步。

五、服从领导安排，积极用心做好安全工作，与同事团结合作：

在工作中我还存在不足之处，工作中不够大胆，不够细心和缺乏创造性。今后我必须认真克服缺点，争取更有效率地开展安全工作。自己不断学习和总结成功经验，在本职工作中走好每一步，做好每一天。与公司同发展，与同事、同仁用自己的热血构建公司更加广阔的明天。

文 / 金山项目部 袁安龙

不断突破自我

三个月的试用期对于我来说有苦有甜，由于自身不足在工作中会犯一些错误。技术指导工作是整个工程的核心，我一直谨记项目经理忠告：“遇事不可推阻，不清楚的问题应及时上报沟通”，希望通过虹桥枢纽项目的这一次磨炼提升自己。

每天的9个小时现场协调和技术指导的工作虽然乏味，但看到现场管理人员和工人们奋力工作的每一幕，大家把艰巨的任务一步步实现，我觉得再累再苦一切都是值得的。我把这期工程当作自己建筑生涯中一个全新的起点，在学习中成长，不断超越自我，不辜负公司的一番栽培。

从我入职到现在，收获和感触颇多。因项目工期较紧，我觉得工作中有一定压力，所以我不断地调整心态、摆正位置、努力提高自身专业能力，让自己适应项目环境。当工作中出现难点而我自己难以决断的情况下，叶经理总会细心帮助我提醒我。分析问题往往一针见血，从他身上学到了很多，以前的我总会局限在固定的做法上，现在思路也会变得宽了很多，作为一名技术负责人，就应该打破常规，细化设计做法，不违背设计意图，让工序更为精简。

工作过程中确实会很累，我也在不断地审视自己的过往，无论是协调还是技术指导，每完成一个重要的细节性的难点后，都要腾出时间分析和总结，累积经验充实自己，为日后的工作铺垫。我坚信自己能充分地融入这个大家庭，踏踏实实做事，在公



司和上级领导的支持下，把工程各方面管好。

来到我们公司时间不长，但是这段时间里却经历了很多事，让人刻骨铭心。作为重点工程，各位都背负着重大的使命，交叉施工和施工条件是本工程的重点，因此我只能小心谨慎地理清思路，为各班组提供方便，稍有不慎便会有不可估计的影响。整个工地就像人体器官一样，各道器官同步运行且相互关联，任何一个环节出问题都有可能影响整体。

工程在最艰难的收尾阶段，我鼓励自己已在下阶段的工作过程中，能够不断突破，把握正确方向，不断改变自己去适应各方面施工环节、环境发生的变化。

来到森信这个大家庭，累积经验充实自己，不给集团丢脸！

文 / 虹桥枢纽项目部 张玉树

我的青春不迷茫

时间，很快。这是我在森信集团工作的第三个月了。可以这样说，上个月是兴奋期，这个月就是枯燥的成长期，各种困难，各种烦恼都会一一摆在我们的面前，如何处理，如何管理是我要学会的东西。

安全实习生是一个看似简单其实不简单的岗位。很简单的一件小事来说，当我们安全员向工人提出现场整改的提议时，由于某些工人沟通困难，他们不情愿，野蛮抗拒的整改提议。我试过很多方法，比如打感情牌，告诉他我是在为你的生命负责；打强硬牌，直接通知分包公司相关领导，直接罚款整改，这些都收效甚微。

如何去管理，如何去让人听你的提议，这就成了这个月的学习任务，我采用多问多看多讲的三多方法。工地大小大小小的精神境界。认识到在工作中要勤奋向上学习，培养一种正确的思想观，能坚持自己的底线。持善良、专业和真诚赢取更多的信任，不忘初心，方得始终。

虽然要学的东西多，发生的问题也多，但我也很幸运的，有几个不厌其烦带我的师傅，遇到问题他们都教我。就像部队里的老兵跟新兵的“传帮带”一样，传给我本领、技术，帮助我学习各种本领、技术，带着我实践以后自己会面临的各种问题和技术。

在这个月，哪怕下个月，甚至以后，我都要多听多看。谦虚的请教各个前辈，这是我该有的态度。端正自己的态度，放低自己的身段，去请教各个前辈才是我应有的



品质。

通过这三个月的学习，本人坚决执行“安全第一，预防为主，以人为本”的思想方针，安全工作中以公司大局为重，配合安全主管认真履行自己肩负的职责和使命，主动参加各种法律、法规和安全培训的学习工作，坚定做好新员工、各类安全技术交底、教育，并针对新员工实际工作中的不同岗位，做好相应的教育。

安全资料也是我近一个月的学习任务，资料多、烦、杂。如何做好资料，这是我几个月该学的。刚入这一行生疏，是避免不了的。大胆去问去学是我接下来的重心。

森信集团给了我这个机会，我必须好好去干，军人的作风，就必须雷厉风行，安排你做的事情，必须要做好。不拖泥带水，不懂就多问，不憋在心里，不能等领导发现问题找到你再去整改。在今后的工作中我会努力学习好每一项技能，并努力做好这份工作。

图文 / 江湾医疗用房项目 黄晓斌

跟森信一起展望美好的未来

时间转瞬即逝转眼回到到森信的大家庭已经三个多月了。来到项目部的这段时间里，森信公司给了我极大的帮助与支持，我感受到了领导的关怀以及融洽的同事关系，我深深地体会到森信人开拓进取、不断创新、拼搏进取的精神和勇攀高峰、追求卓越坚定信念。与此同时，我为有机会成为森信的一份子而感到骄傲和自豪。

我是一名土木工程专业的毕业生，在大学里面学习的理论知识与实际工作之间存在一定差异，刚来公司的时候在项目上待过一段时间，但一直没有从基础开始做过，有些地方还不是特别熟悉，所以学习和提高自己成了我近段时间的主要方向和目标。

施工员的基本技能和现场知识要强硬，包括图纸、施工工艺和测量放线。一个好的施工员要熟练运用测量仪器进行放线，一个工程的标高、一条轴线是否有误都关系到后续工作的正常进行，甚至在后续工程当中造成不必要的浪费。施工员一定要有很好的现场协调能力，协调能力的强弱会让整个施工流程有不一样的衔接状态。施工现场的流程是多变的，随时都会有未知的情况出现，这就要求施工员具备很好的临场应变能力和沟通能力，从而保证工序的正常进行。

从工程施工开挖开始，我们要清楚如何开展现场的工作，怎么安排挖掘机进场，按什么线路进场，进场后会周边的工作组成什么影响，都应该考虑清楚。在安排几台挖掘机同时进行的时候，还应考虑到现场工作、土方搬运的情况，甚至考虑到我们施工人员的状况，保证测量放线的准确性，对施工面有及时应变的能力，避免工作的重复进行，提高工作效率。

在工作的同时结合以前学到的知识，在基础开挖的过程中以及建筑的建造过程中，由于建筑



进入公司已经3个多月时间了，在领导和同事们的悉心关怀和指导下，我很快地适应了公司的工作环境，也熟悉了公司的工作流程。在工作中我充分感受到领导们海纳百川的胸襟，体会到了同事们团结向上和睦的大家庭感觉。这段时间是我人生中弥足珍贵的经历。

在短短三个多月中我学到了很多，自身不足的地方也得到了改进与提升。对公司的企业文化有了更深的了解，看到公司的发展，我深深地感到骄傲和自豪。我一直在不断学习，在施工现场有不清楚的地方及时向技术负责人或项目负责人虚心请教。

我的工作岗位是一名质量员，一个把握工程质量的重要岗位。我觉得工作态度决定一切，工作时一定要一丝不苟，仔细认真。随时检测一下自己的工作结果，以确定工作万无一失。工作之余我经常总结工作经验，这样可以不断提高工作效率。有时工作中我会犯一些错误受到领导的批评，但我不断改进可以在以后的工作中避免类似错误，让我在工作中更快地成长起来。我深知我的工作的重要性，一个人要在自己的职位上有所作为，就必须要对职位的专业知识熟知，并在不断的学习中拓宽自己的知识面。所以我将继续学习，深入实践，不断提高自身素质与业务水平，不辜负公司给我的这个机会和领导以及同事对我的栽培与信任。

文 / 国和一村项目部 吴兵



性以及地基基础的施工才是重点。为了确保地基基础的安全性，必须在施工过程中对施工方法和施工手段进行有效的讨论和监督，基础的质量问题会直接影响到上部结构的质量和使用寿命。

在工地三个多月的工作过程当中，我也发现到了自己在工作上的不足。对现场有可能出现的问题还没有太大的意识，在工作过程当中还没有形成一套自己的行之有效简单快速的方法。在今后的工作过程当中，我应该不断提高自己，主要从以下几个方面进行：1、加强业务学习，多看规范图集。2、做好当天的工作小结与下一天的工作计划，不打无准备的仗。3、提高心理承受能力，面对困难不妥协不气馁。4、加强沟通能力，堂堂正正做人，踏踏实实做事。

总之在这三个多月的时间里，既有收获又有进步，我学到了很多也反思了很多，看到公司好的发展势头，我深感骄傲和自豪，为此我一定付诸行动，加强学习，刻苦钻研，用谦虚谨慎的态度和积极饱满的热情做好我的本职工作，为公司创造价值，同公司一起展望美好的未来。

文 / 泰悦盛景项目部 陈积君