

2021.06 第14期

Vision Vera Spirit

视界志

创新 改变 世界
Innovations change the world

视联动力企业专刊

探索未知领域
扬帆远航

Vision Vera Spirit 视界志

2021.06 第14期







P8



P19



P25

| 市域社会治理 视联先行 |

视联网赋能智慧管理 探索市域社会治理新路径

在2021年的《政府工作报告》中，推进市域社会治理现代化试点工作被首次提及。作为市域社会治理的“先行者”，视联网在抗洪救灾、消防演练、心理帮扶、智慧司法等领域有丰富的技术支撑和实战经验，在四川攀枝花、广东鼎湖、吉林通化等地，视联网有效地促进了政府数字化转型、助力校园学生心理健康筛查、解决相关单位数据传输安全等问题。

卷首语

5 / 寻找我们的内在动力

市域社会治理 视联先行

- 6 / 视联网赋能智慧管理 探索市域社会治理新路径
- 8 / 推动搭建心理健康服务联动协作体系，赋能市域社会治理 ——专访攀枝花西区心理健康服务试点项目团队
- 11 / 视联网助力智慧管理，推进广东省市域社会治理现代化建设
- 14 / 防断网抗摧毁，视联网被作为社会治理大数据传输承载网络的探索，在吉林通化“落地开花”
- 16 / 心理健康服务在市域社会治理方面的应用
- 19 / 视联网技术在“市域治理”信息化建设中的应用探析

行业观察

24 / 视联网如何赋能市域社会治理现代化



P30



P50



P38

公司文化 | 积累自信, 不断向上——更快, 遇见更好的自己

人生就像马拉松, 纵有千百个理由放弃, 也要给自己一个坚持下去的理由, 因为在坚持的过程中, 曙光就会慢慢浮现。

视联新产品

- 28 / 视联汇聚路由器
——数通产品核心大咖
- 30 / 视联网市域社会治理信息化平台

员工随笔

- 34 / 无用之用, 好的习惯成就自我
- 36 / 一解乡愁·油菜黄了
- 38 / 天上美景, 人间西湖
- 40 / 那些失败的社交媒体或许值得被感恩

公司文化

- 42 / 酷! 是一种态度
- 43 / 慕成武, 在极限运动中学会敬畏、珍惜生命
- 44 / 杨乌拉, 向着阳光奔跑, 逆光飞翔
- 45 / 周锐, 健康生活, 骑行天下
- 46 / 春风十里, 相识视联; 最美四月, 共舞未来
——SU供应链 & MD售前技术支持部怀柔联谊拓展之旅
- 50 / 积累自信, 不断向上——更快, 遇见更好的自己
- 53 / 季度书单推荐

VisionVera Spirit 视联·志

2021.06 第14期



名誉总编 杨春晖
总 编 王艳辉 王兆东 李宏岩 杨智超
宋 蕾 李俊涛 胡 磊

杂志执行 市场部

(以上人员排名不分先后)



扫描二维码 关注官方微信

视联动力信息技术股份有限公司

VISIONVERA INFORMATION TECHNOLOGY COMPANY, LTD.

地址：北京市东城区歌华大厦A1103-1113

电话：010-84186888

传真：010-84186888-8065

客服：400 880 6311

官网：www.visionvera.com

卷首语

2021

寻找我们的内在动力

5月一直是公司年度发展的中间过程，承上启下。我们在这个时候召开月度会，再对“视联动力”的定位和方向做一些思考。

这是一家什么样的公司？

公司的信仰是什么？

公司的未来在哪里？

通过这家公司，我们将成为什么样的人？

.....

这些思考，将再塑我们的企业文化，让不断迭代更新的文化内涵，指导企业的发展方向，梳理管理制度，维护我们每个个体。

我们这个组织，要承接起对社会、对国家有重大贡献的梦想平台。对技术探索的每一次小步前行，都是朝着对传统网络革新的目标更进一步。

这个组织，希望成为在当前不确定环境下的避风港。我们努力的方向，是让这个避风港更为安全、平稳，塑造我们发展的稳定环境。

这个组织，更大的作用在于释放每个人的能量。作为个体，希望大家能在这里找到生活的方向、储备的资源、长远的能力、不断前行的机会。这些都将成为每个奋斗者的财富。

通过不断的交流、思考，梳理重塑文化内涵。怀揣着使命感，我们为个人奋斗，为家庭奋斗，也为了社会、国家和时代做出贡献。希望我们不辜负每走的一步，用公平、简单、快乐的工作环境和劳动关系，找到我们的内在动力，让信仰真理、公平、正义，成为视联动力的文化烙印。

杨春晖

视联网赋能智慧管理 探索市域社会治理新路径

文 / 市场部 王艳肖

在 2021 年的《政府工作报告》中，推进市域社会治理现代化试点工作被首次提及。作为市域社会治理的“先行者”，视联网在抗洪救灾、消防演练、心理帮扶、智慧司法等领域有丰富的技术支撑和实战经验，在四川攀枝花、广东鼎湖、吉林通化等地，视联网有效地促进了政府数字化转型、助力校园学生心理健康筛查、解决相关单位数据传输安全等问题。

四川省攀枝花市西区选取学校、医院、社区及相关单位作为试点，运用视联医疗健康服务平台，连接起学校、社区、医院、区卫健委、区政法委、区教育局，搭建起当地心理服务联动体系，形成立体的心理服务工作网络和工作协调机制，成为当地社会治理建设的重要一环。

在广东肇庆市鼎湖区，视联网技术切实解决基层政务服务覆盖度低、网络安全风险较高、多条链路重复建设的问题，为基层提供基于视频传输及通信的电子政务数据传输等服务，全面实现视联网、公共安全视频监控系統、综治信息系统的基层“三网整合”，为提升基层市域社会治理效能夯实基础。

基于通化市政法委召开的视联网数据传输测评会，视联网防断网、抗摧毁、低延时、丢包率小的特点，体现出着眼于市域社会治理大数据业务安全传输需求，视联网可延伸出更多的“神经”，有效解决数据安全传输难题，成为通化市与吉林省进行社会治理大数据传输承载网络的优选技术。

市域社会治理以城区为重点，需要一套横向连接各委办单位，纵向连接至乡村的安全传输网络。目前，视联动力新推出的视联网市域社会治理信息化平台有效整合各类视联网资源、数据资源、综治资源，配合视联网格通 APP，实现市域社会治理信息化面向基层的延伸，可完成横到边、纵到底，跨级、跨域、跨部门的有效沟通。

目前，视联网市域社会治理信息化系统已经成功落地，用于综治事件上报、矛盾调解、综治任务下发、信息采集、宣传培训、综治考核等多方面，使得市域社会治理更加精准化、科学化，其数据智能分析功能，让基层工作人员工作流程更加简单、便捷，为基层工作人员减负。

今年，为响应政府政策，视联动力将市域社会治理作为重点业务之一，将加强对市域社会治理方面的技术研发、调研，致力通过视联网技术，为部分省份先行探索市域社会治理提供崭新路径。✘



图：视联动力工作人员为攀枝花政法、公安、巡查组等部门做汇报演示

推动搭建心理健康服务联动协作体系 赋能市域社会治理

——专访攀枝花西区心理健康服务试点项目团队 文 / 市场部 于乐

编者按：健康的标准如今已经不仅仅是衣食无忧，更包括了心理这一维度的健康舒展。成都四十九中学生跳楼事件发生之后，学生心理健康问题一时间成为社会各界关注的焦点。悲剧个案的背后，是无数因心理健康问题亟待关注的青少年群体。大而言之，心理健康程度亦关系到每一个公民的幸福指数。而在心理健康这一专业性极强的领域，依靠个人自我调节还远远不够，从专业平台建设、专业的资源配置、专业服务供应到专业工作体系的搭建，无不需要通过政企联动、社会协作来牵头引领、高效调度。今年，国家十部委联合发文，提出建设“社会心理服务体系”，从强化组织和保障措施到完善社会心理服务网络，再到社会心理服务的开展，进行全面部署。社会心理服务体系建设这项工作已然成为市域社会治理的

全新内容。在我国西南地区，视联动力通过先进的信息化手段，依靠雄厚的资源库和强大的资源调配能力，推动四川省攀枝花西区探索搭建了心理健康服务联动协作体系，赋能当地市域社会治理。本期专题，我们专访了攀枝花西区心理健康服务试点项目团队，了解他们在当地市域社会治理方面做的有益探索。

量表筛查： 千余份问卷反映学生心理问题

继国家十部委联合发文之后，各省市着眼心理健康问题，陆续建立试点，积极探索社会心理服务体系建设，四川省也随之发文，从全省筛选了二十余个试点，探索建设社会心理服务体系。攀枝花市西区位列

名单之中。2020年8月，攀枝花西区运用视联医疗心理健康服务平台探索当地社会心理健康服务体系试点建设，并在首批试点中率先于攀枝花一学校开展心理筛查。视联医疗心理健康服务平台提供了国际通用的专业筛查量表，从躯体化、强迫、人际关系、抑郁、焦虑、敌意、恐怖、妄想等维度评估学生心理健康状况，进行全面心理健康筛查和建档。学生们利用WEB端进入心理健康云平台，选择学生自测量表回答问题，反馈给老师。

数据通过平台汇总、分析、存档，提供基于大数据的心理健康分析蓝皮书，为学校后续开展学生心理健康工作提供了科学依据。这种测评方式使筛查摸底更加高效，可以帮助学校全面了解、及时追踪学生心理健康状况。

顶层思考： 搭建各部门联动协作的社会心理服务体系

心理筛查仅是视联心理健康服务平台提供的服务之一，也是第一步。依据筛查分析结果，学校将结合当下的心理健康教育规划，有针对性的对学生心理问题预防及疏导。这一过程中，视联医疗心理健康服务平台还可以调动优质的医疗专家资源及社会心理

服务资源，在线上开展一对一的心理辅导。

除了提供专业的测评、丰富的医疗资源，项目更重要的一个探索在于依托视联心理健康服务平台搭建起了社会心理服务联动协作体系。

“试点包括六个点位，分别是：政法委、卫健委、学校、医院、疾控、社区”，视联医疗四川省部门经理赵佳佳介绍说，这六个点位是由视联动力攀枝花西区试点项目团队选取、组建，旨在帮助当地各职能部门搭建社会心理服务联动协作体系，“我们的解决方案从全区一张网的角度，叠加了医疗服务能力和远端服务能力，优势在于通过一个平台、一条专网打通了横向单位。可以说当地视联网的高覆盖率本身是一个前提条件，也是一个重大优势。很多服务商提供的局域互联网方案没有办法帮助这些单位实现监管和中心平台的指挥，也就没有办法实现部门间的联动。我们六个点位每一个都是中心点，在这个基础上，软件平台的优势就能够充分发挥出来，给到各部门、单位分级权限，固定工作人员可以在平台上与其他点位实现工作上的联动协作。”

项目着眼点在心理健康，切入点在校园心理健康，但攀枝花西区试点项目团队早在试点建设之初就做出判断，这个项目不仅仅是为学校 and 医院两个单位安装一套心理健康服务平台这么简单，而是关系到当



图：学校心理辅导老师与北京心理咨询专家通过视联网连线、互动问答。



图：视联动力工作人员在社区心理健康室做演示

地社会心理服务体系的搭建，旨在通过视联网的专网优势、资源优势，全链条串联起各单位、部门和社区，互通有无、及时互动，密切追踪心理状况，提供专业的后续服务。这也是团队为该项目预先进行的顶层设计。

从搁浅到复航：五个多月的不懈努力

政府各单位工作出发点不同，考虑角度各异。协调各单位也成为了团队工作的一个难点和重点攻克方向。试点项目甚至因为各部门间意见难以协调一度搁浅。“政府开展工作肯定是从自己的负责版块出发去考虑，所以最开始对我们解决方案最感兴趣的是政法委，借助我们的平台和专网，体系一旦搭建起来，可以帮助政法委很好地开展社会治理工作。出于职能不同，卫健委起初则对这个项目表现出来的兴趣不大，移交给卫健委之后，项目一度搁浅，难以推动，这是当时我们面临的一个最大的难题。”赵佳佳表示，几个单位间的协作是最难的工作之一。

从2020年10月到2021年3月，项目搁浅五个多月。攀枝花西区试点项目团队另辟蹊径，将教育部门作为项目推进的突破口。“我们去给教体局做了汇报演示，着重介绍了我们的专网和专业资源优势，我们之前为学校做的量表测试、心理疏导和转诊等服务也充分展现了我们在心理健康服务领域的专业性。那段时间我们一周要跑两三次教体局，与相关领导汇

报介绍我们的方案。”经过不懈努力，攀枝花教体局与政法委一起联合推动卫健委参与项目申报，三个部委联名向政府申报项目，申请项目经费。在一次次努力和突破之后，项目不断向前推进，攀枝花西区试点社会心理服务体系渐具雏形。

从攀枝花到北京：远跨千里 团队配合无间

在每一步向前推进的过程中，团队的紧密协作配合发挥着至关重要的作用。攀枝花西区社会心理服务体系试点项目团队由项目经理、销售、产品经理、公司相关领导（视联医疗领导、四川省总）组成，从技术保障、专业支持、商务对接、资源调配等层面全方位发力、有机协作，共同推进项目方案落地。销售负责商务关系的推进，对接各个单位，在商务层面协调推进整个方案；项目经理在技术方面给予支持，在每次演示之前对所有点位进行联调，量表测评前对账号进行测试；产品经理在心理健康服务平台使用、心理健康教育方面为客户作专业的讲解与答疑；领导作公司资源层面的支持，为项目团队协调调度公司资源。

就在刚刚过去的5月28日，攀枝花西区心理健康服务试点项目团队为攀枝花市政法委、三大教育集团的校长和分管领导做了一次现场演示。成功组织搭建演示，有赖于团队的紧密协作，“销售在政法委有深厚的客户基础、医疗部门从医疗的角度挖掘需求，还有我们当地的工程师，我们组成了‘最稳定的三角’，远在北京的产品经理刘双慧为我们在当地的产品演示提供了强有力的支撑。基于之前为学校做的筛查，之后还会有哪些后续的动作，提供哪些专业的服务和资源？没有专业心理老师的情况下，如何充分地应用心理健康服务平台？针对这些问题，刘双慧在专业方面为相关部门领导答疑解惑，使客户感受到公司的实力和专业度。”赵佳佳说，“客户提出的需求涉及到视联网技术的使用，领导得知这一需求后帮助我们协调总部资源，请北京总部技术部门的同事来做相关技术保障。大家齐心协力，促成了一次成功的演示。”

专业的演示、解答得到了相关部门领导的信任和肯定，在这支团队的齐心协作下，攀枝花三大教育集团拟引进视联心理健康服务平台，将攀枝花西区社会心理服务体系试点建设的经验推而广之，将心理健康服务延伸到基层，赋能市域社会治理。利用技术手段协助搭建社会心理服务体系，不但帮助政府部门提高了工作效率，更是将心理健康问题导致的安全事件防患于未然。✦

视联网助力智慧管理

推进广东省市域社会治理现代化建设

文 / 市场部 王艳肖

引言:

视联动力深入广东省多项视频信息化建设工作，截止目前，视联网系统在省、市、区（县）、镇（街）已100%覆盖，社区（村）也已达80%覆盖率，全省会议点位超2万个，汇聚视频监控图像超过60万路。

视联网已经深入到广东省市域社会治理的日常工作中，将数十项高清视频业务整合在同一平台上，将省、市、县、乡（镇）、村等多级平台在一张网上统一管理、统一规划、统一部署，实现点对点、点对面的实时通信功能。视联网系统利用高度整合、共享以及深层次应用的社会治理智能化平台，并围绕心理健康服务、智慧司法、视频会议等重点领域，协助广东省提升市域社会治理专业化水平。



探索市域社会治理智能化路径

在广东省肇庆市鼎湖区凤凰镇新风村党群服务中心，工作人员正用电子政务外网为群众登记受理《发放高龄老人补（津）贴》业务。鼎湖区政务服务数据管理局局长黄振雄表示，“村民不必出村，在村里的党群服务中心就能申请办理老年人服务、卫生健康、生育收养、社会保障、社会救助等21项政务服务事项。”

同时，党群服务中心工作人员可以在电子政务外网的网络环境下使用“一门式一网式”公共服务综合信息平台为群众受理业务，确保政务服务业务数据和应用的安全，解决群众后顾之忧。

电子政务外网是在视联网的基础上建设而成，利用视联网“一网两线”技术，将综治视联网与电子政务外网融合，在满足视频通信的基础上，为镇政府提供包括电子政务数据信息传输在内的全面业务服务。目前，电子政务外网已在鼎湖区整合建设成覆盖全区30个区级部门、7个镇（街道）及81个村（居）三级的电子政务外网，实现了全区镇（街道）和村（居）的网络资源共享共用。

鼎湖区区级、镇（街道）、村（居）三级综治中心通过视联网与上级进行视频通讯，如今是一种工作常态。由上向下贯通到基层的视频会议、指挥调度、远程培训等视频综合应用，极大便利了部门的跨级沟通。



图：应用视联网系统的鼎湖区部分村（居）



图：视联网助力基层单位为村民办理业务

以凤凰镇为例，该镇大部分地区位处山区，其中9个村离区中心都有着半小时以上的车程。凤凰镇综治办主任余国培对我们讲到，“以前区里组织村干部开会，所有村干部都要跑到区里面来。”如今政务外网和视联网连接到村（居）以后，群众可以在村委会办事，村干部也可以在村委会会议室通过视频参加区里面的会议，大大节省了时间和交通成本。

据视联动力广东省技术工程师周晓彬了解，“视联网已经接入当地医疗卫生、社会保障、应急指挥系统，帮助各级政府将市域社会治理延伸到村一级，方便村民们通过视联网平台直接办理相关业务。视联网设备终端已经覆盖整个鼎湖区，从市到镇（乡）、村都在使用，包括日常的视频会议、宣传培训、应急指挥等；另外，视联网‘一网两线’已在两个示范性村居应用，帮助村民解决远程医疗、领取低保、抚恤金等问题。”



图：视联网协助广东省政委将视频会议开到基层

在前期的视联网铺设和设备安装过程中，周晓彬表示，“每个点位都需要我们亲自进村去调试，偏远的地方缺乏交通工具，在路上就会花费半天的时间；在安装设备的过程中，不仅要协调当地运营商和施工工人，还要协调总部的研发工程师帮忙攻克技术问题；设备安装完成后，我们对村居进行一一调试，帮助他们解决网络卡顿、网络延时等问题，满足他们日常办公需求。在使用过程中，视联网得到了村民和区一级领导的认可。”

肇庆市鼎湖区通过整合应用电子政务外网和视联网，创新了基层治理，助推基层治理可视化、智能化和扁平化。

推进市域社会治理现代化

近日，为推进综合网格图层数据采集工作，视联网与“粤政易”对接，承载了一场直达基层的跨级视频会议。广东省省委政法委、广东省政务服务数据管理局利用视联网技术将视频会议从省级直接开到镇街和部分村（居），完成2411个会场覆盖、约1.2万人参会的跨级会议。



图：视联网助广东省推进综合网格图层数据采集工作



图：江门市通过视联网直播开展基层社会心理服务培训

这是视联网技术与“粤政易”的首次融合使用，这一模式再次体现了视联网到基层的实用性，为以后更有力地推动大规模会议向基层延伸打下基础。视联动力运维工程师林海聪表示，视联网可以为省市领导召开跨级、跨域、跨部门的视频会议提供稳定的技术保障，并且帮助广东省相关部门开展心理健康培训、智慧司法等工作。

在广东省江门市，视联网已经触及江门市市域社会治理建设的各个角落。目前，视联网在江门市已经覆盖到村居，包括7个区县、73个镇街、1321个村居，融入到打造“平安江门”、“健康江门”和市域社会治理现代化试点工作的建设大局中。今年5月份，江门市政法委、市卫生健康局通过视联网成功举办了2021年江门市基层社会心理服务工作者培训，培训会覆盖江门市73个镇街、1321个村（社区），上万名基层工作人员通过视联网直播参会，为促进江门市社会心理服务队伍的建设，提高基层人员的心理服务能力和服务质量提供稳定、及时的技术支撑。这是视联网在推进市域社会治理现代化方面又一新的体现。

智慧司法是推进市域社会治理现代化建设的又一重点。视联网延伸服务触角，下沉力量资源，让大量纠纷止于未发、化于萌芽。视联网技术接入江门市蓬江区6个镇街的综治办（含司法所）、132个村居，协助蓬江区“党建+N全科网格”建设，打造“区—镇（街）—村（社区）”三级公共法律服务网络，形

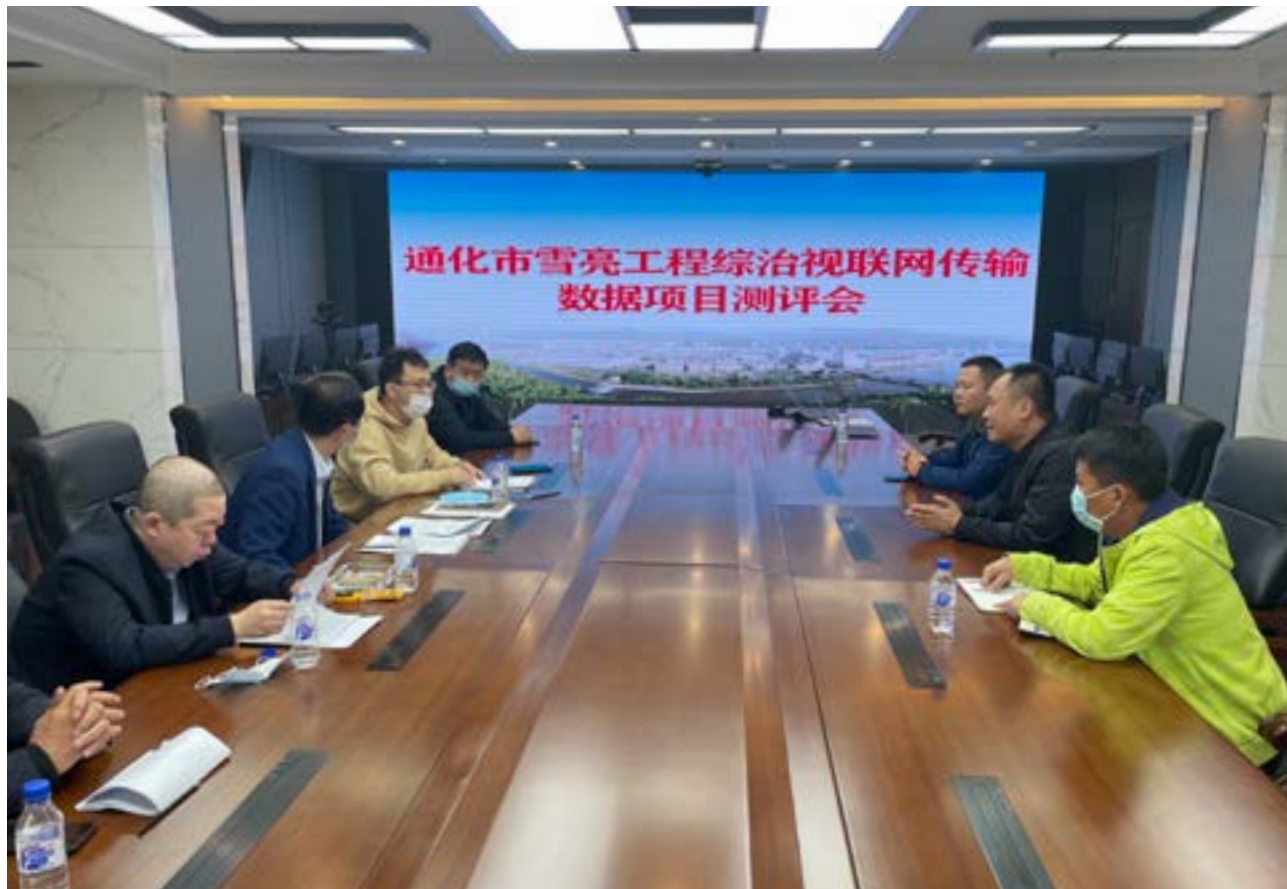
成了纵向到底、横向到边、资源聚集、惠及全区的公共法律服务平台“矩阵”。

通过视联网技术，政府部门可以面对面“零距离”倾听群众诉求，解答法律难题，减少群众跑腿次数，依法就地定纷止争，最大限度把矛盾解决在基层、化解在萌芽状态。视联网还可以提供公证咨询服务，“面对面”解答群众的公证业务咨询，延伸公共法律服务中心的触角，打通法律服务“最后一米”，让群众在家门口就能享受到普惠均等的公共法律服务。

视联网打通了广东省的信息传输高速路，将政府服务直接带到基层，助推基层治理可视化、智能化和扁平化，提升了基层市域社会治理效能；由上向下贯通到基层的视频会议、指挥调度、远程培训等视频综合应用，极大便利了部门的跨级沟通，赋能政府智慧管理，推进广东省市域社会治理现代化建设。★



图：蓬江区利用视联网进行法律调节



防断网抗摧毁

视联网被作为社会治理大数据传输承载网络的探索
在吉林通化“落地开花” 文 / 市场部 商慧丽

今年，是全国市域社会治理现代化工作起步的第二年。伴随着全国市域社会治理现代化的推进，各省社会治理大数据平台建设以及市域社会治理大数据安全传输工作正如火如荼的进行。

围绕市域社会治理大数据安全传输业务，吉林省通化市政法委经多方考量，将可“防断网、抗摧毁、安全传输数据”的视联网，选为与吉林省进行社会治理大数据传输的承载网络，并组织专家团队进了一场数据传输项目测评会。

4月末，吉林省通化市政法委组织召开了一场采用视联网进行数据传输的现场测评会。测评会由吉林

省5位顶尖网络技术专家现场审核测评程序和效果。经现场测试，视联网传输数据的性能、效果得到5位专家的一致认可，并给出视联网能达到文本、图片、音频、视频等数据文件传输的业务需求；能够满足传输大文件的需求；具有低延时、丢包率小于百万分之一的性能的验证结论。

此次测评会，是通化市围绕市域社会治理重点业务，在市域社会治理大数据传输承载网络和业务应用上的成功探索。测评会的成功，也标志着着眼于社会治理大数据业务需求，视联网可延伸出更多的“神经”，有效解决社会治理平台大数据传输难题。



图：通化市东昌区点位测试中

视联网被通化市政法委选为与吉林省进行社会治理大数据传输的承载网络。一方面，是基于利用“雪亮工程”平台，通化市早已建设了覆盖到社区（村）级的综治视联网的现实基础。据悉，通化市已经完成了本市级、辉南县、柳河县、集安市、东昌区、二道区 752 个终端点位的建设，实现了本市级、6 个县（市、区）、80 个乡镇（街）和 666 个重点村（社区）四级视联网系统的互联贯通，形成了“横向到边，纵向到底”的乡村治理服务网络。

另一方，更主要的原因在于视联网特有的“抗攻击、抗摧毁、防断网、防篡改”的安全特性。早在 2020 年，海南省电子政务外网通过视联网技术，成功实施了“防断网”测试。通过域外攻击、路径攻击、主机攻击等方式，利用信息收集、漏洞挖掘、渗透等黑盒测试手段，通过嗅探分析、协议测试、劫持重放、暴力破解、外围渗透等方式对视联网系统的网络接入场景进行模拟黑客攻击，均无法找出可能被入侵的路径。该测试验证了在特殊情况下，视联网可作为全业务核心承载网络，可以承载数据和视频的安全、高效传输，有效防御网络攻击和信息泄露，网络系统安全、可靠。

社会治理大数据传输业务，需要一套“横向连接各委办单位，纵向连接至乡村”的安全可靠的传输网络。视联网通过自主协议、国密算法、可信机制多维度确保安全，从“基因”具备安全可靠特性，能够满足



图：通化市建和社区点位测试中

建设大规模乡村治理服务网络所需的网络高承载能力、高安全性要求。且经过 10 余年的技术沉淀，基于视联网技术的视频通信服务网络已覆盖全国，基本形成“全国一张网”的应用格局，点位数超过 17 万个，并在“雪亮工程”、电子政务、远程医疗等领域广泛应用。

如今，越来越多的省份对市域社会治理大数据传输安全问题、承载网络问题高度重视，开始建设“全省一张网”和进行“一网两线”非 IP 化、防断网的先进网络改造，未雨绸缪，防范未来网络风险。★



心理健康服务 在市域社会治理方面的应用

文 / 医疗事业部

一. 案例背景

社会治理是国家治理的重要方面。十九届四中全会《中共中央关于坚持和完善中国特色社会主义制度推进国家治理体系和治理能力现代化若干重大问题的决定》作为党的纲领性文件，第一次提出市域社会治理概念，要求“构建基层社会治理新格局”，完善群众参与基层社会治理的制度化渠道。健全社会管理和服 务机制，推进网格化管理和服务，发挥群团组织、社会组织作用，实现政府治理和社会调节、居民自治良性互动，夯实基层社会治理基础。同时还指出完善正确处理新形势下人民内部矛盾有效机制。健全社会心理服务体系 and 危机干预机制，完善社会矛盾纠纷多元预防调处化解综合机制，努力将矛盾化解在基层。完善社会治安防控体系，坚持专群结合、群防群治，提高社会治安立体化、法治化、专业化、智能化水平，形成问题联治、工作联动、平安联创的工作机制，提高预测预警预防各类风险能力，增强社会治安防控的整体性、协同性、精准性。

山西临汾市坚持社会治理重心向基层下移，以人为

本，把人民放在心中最高位置，紧紧依靠人民、一切为了人民，坚持全心全意为人民服务，切实尊重人民的权利地位、激发人民的主体意识、凝聚人民的治理智慧；希望从心理健康服务入手，坚持源头治理构建矛盾纠纷多元化解机制，最大程度减少社会的不和谐因素，确保人民的获得感、幸福感和安全感得以实现。重点指出加强心理服务体系建设是全面建成小康社会和全面建设社会主义现代化强国目标保驾护航的一个重要组成部分，也是建设平安临汾、健康临汾的重要内容。

二. 需求分析

1. 缺乏完善的心理健康服务体系

临汾市处于建立社会心理服务体系的试点阶段，缺乏与市域社会治理紧密结合的既保证“健康”又保障“平安”的完善的心理健康服务体系。一方面专业心理服务机构心理咨询师、医疗专科医生等专业技术人员资源相对大城市较匮乏，人才发展不均衡，专业培训教育渠道少；另一方面，心理健康服务与市域社会治理中很重要的针对性的心理健康筛查和重点人群、严重精神障碍肇事肇祸人群危险管控机制不完善。对于

区域内整体心理健康状况及区域内人群心理健康风险的研判，需要一套智能化心理健康档案、危机上报及数据分析机制做保障。

2. 基层基础设施不足

无论是区域人群心理健康数据，还是精神疾病诊疗信息，以及政法机关对区域内人群的管控数据，都需要在一个保障信息安全的网络中运行。根据国家建设社会心理健康服务体系任务的要求，以及我国市域社会治理试点建设方案的要求，在广大社区中推广建设心理咨询室，或社会矛盾调解室，实现矛盾纠纷多元化化解。同时继续一套有助于在群众中达到“低成本、好落地、快推广”的远程咨询和诊疗的信息化服务系统，来串联所有服务，达到服务和管理目标。

3. 政府多部门之间信息不同步

政法机关、卫生健康委员会、教委，包括基层综治中心、社区等各级政府单位，在市域社会治理与心理健康服务方面的工作目标和管理需求不一致，以及各级机关信息安全管理机制不同，所以一直以来缺乏一种完善的信息同步、协同工作管理机制。这种机制需要在一个足够安全的网络环境中，在一套健全的分级分角色管理体系中才可以实现。

三. 解决方案

视联医疗帮助临汾市建立“专网+软件+硬件+资源+运维”五维一体服务。在临汾市建设视联网点位，实现“全国超高清远程医学卫生专网”保障心理与医疗数据安全基础上，帮助社区或综治中心建设心理咨询室或人民矛盾调解室，建设视联网终端大屏，方便远程会议、会诊、咨询、教学等业务的开展。基于V2V视联网技术，临汾市建立了社会心理健康综合服务系统，系统通过便捷的心理服务，帮助综治中心工作者与基层群众了解基本的心理健康常识，疏导不良情绪，树立积极向上的健康心理导向，预防由于心理健康疾病或精神障碍导致的社会风险。结合应急管理和矛盾调解，推进全市对区域人群的心理筛查、建档、管理；与社会治理结合，实行省、市、县三级管理，建立“医院医生+患者家属+基层工作者+管区民警+包片干部”五位一体管理体系，“社会精管综合治理为主+精神专科联盟+社会服务团体”的联合治理模式。对社会影响严重的精神疾患危险行为进行快速干预、重点管控。可扩展接入“全国超高清远程医学卫生专网”数千家医疗机构医生资源，以及众多心理咨询机构、社会服务团体专业心理人才资源。

2020年9月21日，国家卫健委专家组来到临汾视察调研市域社会治理与心理健康服务体系建设工作进展，深入临汾多个试点机构，包括临汾市社会心理服务中心、襄汾县政法委综治中心、襄汾县司法局、临汾市第五人民医院等多个单位进行调研交流，就综治与心理健康促进工作进行了调查指导，临汾市心理健康服务方面有关工作受到了专家组一致好评。“我们的工作还需要进一步完善，还请各位领导多指导批评。”临汾市社会心理服务中心工作人员，给卫健委专家组介绍心理健康服务方案和成果时谦虚的说。国家卫生健康委疾病预防控制局局长——梅扬点了点头，说道：“不论是心理健康服务体系的建设还是市域社会综合治理，都需要抓基层、打基础，你们把心理健康服务体系与综合治理相结合，服务在基层、管控在基层，非常好的做到了从基层，从根本入手！”

四. 功能特点

区域人口心理健康档案

对人群进行线上线下多种形式的心理评估，分析建立区域人口心理健康档案，同时进行加密处理切实保护用户隐私，并根据人群不同阶段心理状况，实时更新。心理档案包括如：基本人口学信息，既往病史、随访记录、发病报告、出院信息、流转情况、危险行为报告、就诊预约情况、总体心理水平评价、走访调研结果、心理测评档案、接受心理健康教育情况，及心理咨询服务情况。

区域人口心理健康筛查

心理健康筛查，主要包括线上问卷调查测评和走访调查测评等方式，基于专业心理健康测评量表，可对心理症状、心理应激、人格特点进行全面筛查。对筛查结果进行分析，将区域人群划分为健康个体、一般心理问题个体、严重心理问题/精神障碍个体三类，对其进行针对性的管理和服务。

心理健康干预与矛盾调节

在社区工作站，或区域综治中心建立心理咨询室或矛盾调节室，针对区域内群体的心理筛查结果和心理服务需求，为区域内群众提供远程心理健康干预咨询服务，通过与人群的心理咨询和干预，达到从问题源头调解矛盾的目的。同时为社区基础工作人员提供远程矛盾调节培训，帮助基层工作人员掌握矛盾调节技巧。对严重心理问题/精神障碍个体提供三甲医院专科医生远程诊疗服务。心理健康干预与诊疗支持多种方式，包括线上图文咨询问诊、手机视频咨询问诊，

以及在有视联网节点的社区工作站或心理咨询室进行视联网远程咨询问诊。

严重精神障碍肇事肇祸患者管控

建立“医院医生 + 患者家属 + 基层工作者 + 管区民警 + 包片干部”多方协同管理网络，对严重精神障碍肇事肇祸患者进行心理健康教育、远程诊疗、危险上报、社区家庭随访跟踪；省、市、县三级单位同步监管；利用可穿戴设备，实时了解被监管人员的所在位置，达到实时监控、快速出警、及时干预。

重点人群心理跟踪管理

基层工作人员可对所管区域内重点人群进行跟踪随访，基层网格员、基层精防医生都可以对本区域内患者进行随访，线上编辑标准化随访记录，对患者进行日常信息管理、随访管理、流转管理等管理功能，解决了基层工作者对患者信息档案管理麻烦的难题，实现了线上信息化管理的需求。

心理健康教育

心理健康教育主要包括两个方面，一方面是给人群进行心理健康宣教，通过直播和点播课程等形式，进行线上的心理健康知识的科普，使之增加自身对心理健康知识的了解，提高心理问题预防的意识。另一方面提供精神科医护人员、社会心理从业者，及基层工作人员的专业知识技能的培训。

心理危机干预

当所在区域患者出现心理危机事件后，基层工作者可向视联网心理服务应急指挥管理中心上报，医院、公安、基层多方联动处理心理危机事件，实时回传事件现场视频和事发地点经纬度。支持对已进行现场指挥的危险行为事件进行后期处置指派操作。对危险等级 3-5 级严重精神疾患进行标记，重点跟踪。

模块化运营管理

运营管理中心是整个平台运营的保障，可根据运营需求进行定制化配置。支持多类服务人员、管理人员的角色设置，支持多级管理人员的权限和隐私设置，实现用户管理、内容管理、会议管理，以及数据管理等功能。

可视化业务监管

实现数据大屏一览的可视化数据统计功能，业务开展情况、服务情况一屏知晓。利用线上数据和视联

网远程视频同时监控的方式，实现区域民警、包片干部对管辖区域的监控，通过手机移动端或者视联网大屏实时查看；实现省、市、县三级政法机关管理者对其管辖区域的业务监管、人员监管、机构监管、流转监管、数据监管等。

五. 客户价值

助力市域社会综合治理提效、降本

我们有一套“专网 + 软件 + 硬件 + 资源 + 运维”的服务体系，从网络专业性、安全性，服务资源丰富化、优质化，软硬件运维服务一体化、系统化等多方面，真正帮助政府在落实市域社会治理方面给予强效有力的解决方案，这样一套专业的服务体系，让政府在各个方面都提效、降本。

有助基层矛盾的调解与预防，提高群众整体的生活幸福指数

通过心理干预进行矛盾调解，化解矛盾的同时，从根本上提高群众的心理健康水平和意识，将心理服务融入基层治理，推动形成理性平和的社会心态，来化解社会各种心理障碍与人民内部矛盾，提高群众整体的生活幸福指数，降低社会不和谐因素，防控社会风险。

实现全闭环心理服务及监管体系

帮助临汾市建设严重精神障碍人群以社会家庭管理、社区跟踪为主，配合远程诊疗、研判预警、危险上报、危机管控等服务的综合监管机制。预防出现肇事肇祸行为的发生；严格对发生肇事肇祸人群实施“政法机关 + 社区基层 + 家庭 + 医疗机构”协同管控；同时兼顾心理健康教育和区域人群的精神障碍筛查工作。

解决不同政府部门，以及多级协同管控管理问题

灵活配置不同层级管理人员的管理权限和账号隐私权限，实现国家省、市、县三级政府机关对所在区域内严重精神障碍肇事肇祸人群进行分级管控需求的同时，心理健康服务平台，让政府不同部门之间的监管工作通过一个平台顺畅的串联起来。

实现多级医疗机构之间患者信息互联互通

接入视联医疗“全国超高清远程医学卫生专网”，临汾市医院通过视联网终端与上级医疗单位、或全国知名医院资源实现远程会诊、会议、教学等需求。同时，实现患者信息互联，促进优质医疗资源的基层下沉。✘



视联网如何赋能 市域社会治理现代化

文 / 战略发展部 李月 云鑫 王璨

自2018年“市域社会治理现代化”的概念第一次被提出以来，中央陆续出台一系列政策推动市域社会治理现代化建设，各地也纷纷响应，将市域社会治理现代化建设作为加强和创新基层社会治理的有效路径。“市域社会治理现代化”的提出，就是希望能够将社会治理的工作重点转到城区上来，通过发挥市一级的统筹协调以及资源和技术优势，更为有效地应对城乡区域发展过程中各类新型社会矛盾风险的挑战，从而真正落实以人民为中心的发展思想。

从各地区建设情况来看，目前各地市域社会治理现代化建设并没有一个统一的标准，在各地域、各行业、各部门之间形成了各自为政的现象。横向部门对接不畅，多业务系统整合难，信息孤岛普遍存在，“碎片化”问题成为当前基层治理面临的现实困境。

视联网作为新一代的网络通信技术，依托其大规模、高品质、高安全的传输特性、异构资源联网融合

的系统兼容性以及网络边界防护隔离能力，能够作为市域社会治理现代化建设的有力工具。同时，覆盖全国的视联网作为各地基层治理的实用网络，是进行深化和拓展建设的基础，依托视联网能够快速建立起市域社会治理现代化工作体系，提升各地基层治理的智能性和有效性。本文通过分析国家推行市域社会治理现代化的深层考虑和建设要求，以期探索出一条视联网技术赋能市域社会治理现代化的有效路径。

一、国家为什么选择“市域”作为建设社会治理现代化的关键单元？

随着城市化率的不断提高，我国逐渐进入城市型社会、市域社会，也就是以不同量级、类型的城市（城镇）为运行、发展、治理节点的社会。此时提出“市域社会治理”，是因为在国家新发展时期，市域具有特殊意义，而推动市域社会治理现代化，是建设国家

治理体系现代化的重要战略路径。

第一，市域在国家治理体系中的定位特殊。市域具有承上启下的枢纽作用、以城带乡的引擎作用、以点带面的示范作用。市域层面最大特点就是对上承担贯彻党中央决策部署的重要责任，对下又指导基层一线工作，是推动基层治理的组织者、领导者。抓住了市域这个关键环节，就可以起到“一子落而满盘活”的效果。

第二，市域在矛盾风险防范化解中的作用特殊。市域是观察矛盾风险走向的晴雨表、守住安全稳定底线的主阵地、满足人民群众新需要的大平台。现实中的一些突出矛盾和重大风险往往在市域产生汇聚，如何将其化解在市域、不再外溢扩散，已成为亟待高度重视和着力解决的重大现实问题。

第三，市域在社会治理中的优势特殊。市域具有政策制定的自主空间、解决问题的资源基础、大胆尝试的回旋余地。市域是具有较多行政资源与较强执法司法能力的综合体，更要成为社会治理现代化的集成体。

二、国家对新时期市域社会治理提出了哪些要求？

加快推进市域社会治理现代化，最根本的就是着眼“社会”领域，着力把大矛盾大风险控制在市域、化解在市域，确保不外溢、不扩散。2019年12月举办的全国市域社会治理现代化工作会议为市域社会治理现代化建设提出一条科学可行的路径：紧紧围绕一个“方向”，增强“四力”，发挥“五治”作用。一个“方向”就是共建共治共享方向，“四力”便是引领力、统筹力、聚合力、驱动力，“五治”即是“政治引领、法治保障、德治教化、自治强基、智治支撑”。

增强市域社会治理引领力，靠树立系统融合、开放共治、包容协商、精细精致的科学理念；增强市域社会治理统筹力，靠理顺纵向架构，完善权责明晰、上下贯通、层层推进的三级纵向治理架构，形成市级统筹协调、县级组织实施、乡镇（街道）强基固本的市域社会治理链条；增强市域社会治理聚合力，靠完善横向体制，通过体制创新、机制完善、制度建设，把分散的资源聚起来；增强市域社会治理驱动力，就要靠“五治”来具体实施。总体来讲，体制创新、信息共享、多方协同是市域社会治理现代化建设的 key 要求。

三、视联网如何赋能市域社会治理现代化？

视联网作为我国自主创新的新一代网络通信技术，在市域社会治理现代化建设中能够发挥重要



图：山东省滕州市利用视联网把市级乡村振兴工作会议开到村（社区）

作用。按照增强“四力”、发挥“五治”的整体思路，视联动力可选择一批综治视联网建设较为成熟、客户关系紧密，且已获批成为第一批“全国市域社会治理现代化试点”的城市作为视联网市域社会治理现代化建设试点（第一期全国试点建设周期为2020 - 2022年）。以下通过分析市域社会治理现代化的建设要求，根据《全国市域社会治理现代化试点工作指引》的指示精神，探讨视联动力可在试点地区进行的工作部署：

1. 推动综治力量纵向打通，增强市域社会治理统筹力

形成上下贯通、层层推进的三级纵向治理架构，推进行政执法权限和力量向基层延伸、下沉，首先需



要打通三级信息共享和沟通机制。利用现有的综治视联网点位资源，同时在试点地区不断扩大视联网覆盖范围，纵向打通各级政法委，将促进各级政法委信息及时互通和工作高效联动，可完成事件上报与下发、巡查走访、综治考核、组织宣传培训等实用功能。通过视联网的大规模部署，将终端点位覆盖到乡村、街道、社区、楼宇，能够真正实现政府直达基层的管理和服务，推进对基层赋权赋能，构建起统一调度、上下联动的社区资金、资源、项目整合工作格局。

2. 横向联动多个部门，多方协同增强市域社会治理合力

目前，一些地方仍存在碎片治理、被动治理等问题，各部门间信息对接不畅，影响工作效率。利用其多网融合互联互通的技术优势，视联网可联通起政法、司法、公安、应急、医疗、民政、农业农村等多个部门，实现政府部门之间信息数据安全可控的互联互通，加强部门间工作协同，解决基层治理中信息沟通和资源整合难题，在一个综合平台上实现综合治理、党建宣传、道德宣讲、互联网+监管、司法服务、政务服务、群众心理干预等多项功能，促进区域联动体系建设，

形成“自治、法治、德治”相统一的智慧社会治理模式。同时，还可依托资源整合视联网平台接入更多社会资源，如社区生活服务类、公益慈善类、文体活动类和专业调处类社会组织以及企事业单位，完善社会力量协同体制。

3. 融合多种信息化技术，建立智慧化矛盾风险防范化解体系

当前矛盾风险系统性、跨界性、传导性特点突出，市域越来越成为防范化解矛盾风险的关键层级。这迫切要求以市域为主阵地，充分发挥市域资源手段优势，从事前、事中、事后的整体视角进行防范，从源头、传导、转化的关键环节进行化解，防止矛盾风险向上传导、向外溢出。视联网融合大数据、物联网等信息技术，可以有效建立起智慧化的矛盾风险防范化解体系。在事前，通过重点监测、心理干预等手段，实时掌握域内重点人群动态，在有异常情况发生时及时进行关注和干预，将矛盾风险化解在发生之前；在事中，通过视联网建立高效的司法协同体系、应急指挥体系，在紧急事件发生时快速响应，及时解决矛盾；在事后，系统能够记录总

结事件全程，形成未来决策辅助工具，同时能够对当事人进行持续的追踪监测和心理疏导。

4. 利用视联网特色资源，打造区域特色市域社会治理方案

试点任务分为共性工作（规定动作）和区域特色工作（自选动作），目前各地已经上报的区域特色工作指标中，包括乡村治理、民族治理、心理干预等方面。视联网上汇聚了大量医疗、教育、法律服务、心理培训等内容资源，以及覆盖城乡的视联网点位资源，可以在试点地区将心理服务、法律服务、乡村治理等打造为区域特色：

A. 加强心理服务体系建设，打造市域社会治理“心防”工程。第一，利用视联网上优质的心理专家资源，推动社会心理服务和教育进学校、进社区、进单位，充分开展公众心理健康宣传，建立社会心理疏导和危机干预机制；第二，公安、司法、民政等部门可根据行业特点，在公安监管场所、过渡性安置基地、社区戒毒社区康复工作办公室、司法所、社区矫正场所、救助管理站、信访接待场所等设立心理服务场所，利用视联网终端为工作对象提供心理健康评估、心理咨询、危机干预等服务，通过随时掌握工作对象的心理状态，并与综治系统进行无缝信息对接，服务于基层治理。

B. 建立司法深度协同指挥体系，打造法治城市典范。第一，利用视联网建立起跨部门的协同指挥体系，深化司法行政各部门间的沟通协作，第二，通过实时监管和有效沟通，加强市域内各类特殊人群服务管理工作，健全政府、社会、家庭三位一体的关怀帮扶体系；第三，通过远程视频手段实现法治宣传、远程咨询、法律援助、远程调解、安置帮教等一体化应用，加强基层法治建设和法律服务供给。

C. 结合乡村振兴战略，抓好乡村治理、打造美丽宜居幸福乡村工程。发挥乡村治理的信息化支撑作用，强化乡村综治中心建设和网格化服务管理，推进乡村视频监控全覆盖，加快平安乡村建设。形成以乡村为主体，以乡村网格化服务资源、雪亮工程资源、综治中心资源为依托，以建设城乡联动、协同监管的乡村治理体系为核心，以涉农联合培训、心理健康服务、法律援助、乡村旅游宣传为延伸的乡村治理服务网络，助力乡村振兴。



图：吉林省梨树县利用视联网把普法云课堂开到乡镇（街道）

5. 以市域为基础，构建更大范围更高层面的现代化治理体系。

市域社会治理是国家治理在市域范围内的具体实施，具有承上启下的枢纽作用，是推进基层治理现代化的前线指挥部。市域社会治理现代化的背后是国家治理体系现代化。视联网在构建市域互联互通信息化平台的基础上，能够进行更大范围的延伸和扩展，一方面拓展更多系统和应用，强化万物互联和数据融合，成为智慧城市建设的重要工具；一方面向上延伸，搭建联通省级、国家级社会治理平台，构建更高层面的社会治理现代化体系。

四、结语

市域社会治理是国家治理的重要维度，推进市域社会治理现代化更是打造“中国之治”的必经之路。以科技为支撑，将信息技术与经济社会发展各领域深度融合，才能更好地提高城市治理与运行效率、促进城市健康可持续发展。视联网能够构建起“全覆盖、无缝隙”的市域社会治理新格局，成为大整合、高共享、深应用的社会治理现代化共治平台，有利于提高社会治理法治化、智能化、专业化水平，为政法赋能、为平安添彩。视联网技术以其独特的灵活性，不断在各地社会治理工作的结合与碰撞中焕发新的生命力，为社会治理机制源源不断提供新的思路。未来，视联动力将通过视联网技术服务更多区域、更多领域，推动市域社会治理进一步向基层一线延伸，向人民所需要的方方面面拓展。✦



无用之用

好的习惯成就自我

文 / 技术支持部 徐金爽

生活中总存在着杂乱无章的各种事项，无意中会想起许久以前加深的想法及印象，于是，我要写下这个思维：“无用之用”。

最初了解到这个思想，是从一本小说中读到的，初读以后便是印象极深，并在以后的行为模式中烙下了痕迹。

什么叫做“无用之用”？其实其核心思想只有一句话：“你过往人生所学到的、所经历的，都会化为一笔无形资产深刻影响着你，而这笔资产就是：无用之用！”

20 世纪最伟大的经济学家欧文·费雪曾说：“凡是可以产生收入的都是资产！”。无用之用这种能力，也是个人资产的一部分，意识到无用之用，才会更好地享受生活。

我们从出生开始，就一直在学习，学习说话、学习吃饭，学习各项技能……到了大一点儿，步入学校，就要系统性的接纳一些知识：数学、语文、外语等。

那么，时至今日，又有几项技能是当前正在使用的呢？

细思起来，相较于之前课堂中、生活中所学习到

的技能，现在还在应用的，恐怕只有很少的一部分吧。

我时常有些困惑，为什么在学校中学过的知识，步入工作岗位以后，所能用到的极少？我们背过很多课文、我们学过很多公式，我们知道力学原理，知道微积分，知道方程式……但是，我们懂得这么多知识，为什么大多数都没有在实际生活中使用过？

直到有一天，我理解了“无用之用”的概念，才逐步解开这些疑惑。

什么是“无用之用”？

无用之用的深刻概念，就是一种潜移默化的学习习惯、处事习惯、生活习惯！

我们都接受了九年义务教育、三年高中教育、四年高等教育，有些朋友甚至读了研究生、博士生……经过这么多年的教育，按理说该学的都学到了，我们可以高枕无忧了，可是到头来，我们步入工作岗位以后，还是要从头学习新的技能，以应对繁复的工作。

这是为什么？教育到底给我们带来了什么？

马东在《奇葩说》中，有一句话阐述教育，我深以为然，他说：“什么是教育成果？就是当你完成教育过

程,把所学的内容全忘了的时候,剩下的就是教育成果。”这句话也可以相互印证“无用之用”,我们并不知道学习这些东西有什么用处,但是,它就是在无形中影响着我们!

我们背过的课文,写过的文章,最后形成了我们独特的语言逻辑,让我们可以旁征博引,语言精练,清晰明白地表达自己的思想……

我们背过的公式,学过的数学思维,最后形成了严谨的逻辑观点,让我们思维缜密,事无巨细,明察秋毫……

我们做过的体育运动,让我们的身体反应灵敏,体能增强……

现在,我相信我已经将“无用之用”的概念阐述清晰了。

善用“无用之用”

那么接下来,我想告诉大家,要学会善用“无用之用”。

有句话是这样说的:“注意你的思想,它会变成语言;注意你的语言,它会变成行动;注意你的行动,它会变成你的习惯;注意你的习惯,它会变成你的性格;注意你的性格,它最终会变成你的命运。”

大多数时候,无用之用带给我们的都是好的习惯,但也有一些坏的地方,例如:总想低头看手机、总想吃零食、对反复的工作产生不耐烦情绪等。这些都是不大好的习惯,长此以往,就会让人产生惰性,影响面对工作以及生活的积极状态,甚至于会产生懈怠、厌世等负面心理。

贪婪、懒惰、嫉妒……这些都是人类的劣性根,属于本性难移的部分,无从根治,但是,我们却可以开阔胸襟,养成好的习惯,拥有积极的人生观……提高自己的阈值,不为无关紧要的事情,产生剧烈情绪!而这些,都需要从生活中的点滴做起。

我们总是高估自己一年内可以做到的事情,也总是低估自己十年内可以做到的事情!要知道,许多事情不是一蹴而就的,目标可以放的长远一些,毕竟我们还年轻,并不缺乏时间。不要被周围的人影响,也不要被那些贩卖焦虑的文章影响。短期的目标,长远的计划都是自己设定的,与外界并无必要关联,明确了这一点,我们才不会被束缚,才能自由。

查理·芒格,这位近百岁的超级富翁常说:“每天入睡前,都要比当天醒来时聪明一点儿。”这段话初闻时,振聋发聩,常以自省,直到有一天,我看到脱口秀演员李诞的另一句话,才突然醒悟,凡事都要辩证的去看待,没有绝对的正确与错误。李诞说:“我也每天



问自己这个问题,今天更博学了吗?没有,但是没有关系,安稳地睡去。”

不要焦虑,更不要焦虑的活着!我们要多培养自己的爱好,更热爱这个世界一点。我们的爱好可以很广泛:可以喜欢读书、可以喜欢旅行、也可以喜欢静坐、还可以喜欢美食……

在明确“无用之用”的概念以后,我在生活中,就开始或有或无地尝试一些新鲜的东西,因为我知道,这些行为及习惯坚持到最后,都会变成我的无形资产。

我对医学好奇,便去读《薄世宁医学通用五十讲》;我对历史好奇,便去听《百家讲坛》系列节目。说这些,并非是在刻意炫耀什么,而是想阐述我对生活的理解。保持好奇,并潜移默化的生成“无用之用”。

我想,多了解一点儿不同领域的知识,总是好的!也许在某一个不经意的瞬间,就会洞悉某些事实的真相。

在知识这个巨人面前,我们确实是渺小的,但是,我们却可以每隔一段时间,就进步一小点儿,对这个世界多一点儿理解,这些,难道不是很有趣儿的事情吗?

周文王刻在洗脚盆上的话,我觉得可以与各位共勉:“苟日新,日日新,又日新”。如果有一天是新的,那就要保持天天都新,新上加新!

最后,我希望看到这篇文章的朋友们,时刻拥有一颗对未知事物充满好奇的心、对复杂事件充满研究的精神、对阅读过后养成随手记录笔记的习惯!

生活,可以慢一点儿,好奇的事物可以多一点儿。

随手下一步闲棋,也许在某一天就会发生意想不到的惊喜。

保持好奇,保持好心情,保持好习惯! 🇨🇳

油菜黄了 一解乡愁

文、甘肃技术管理部 李永红



所思·记忆中的莲花石

借着一点便利，周末抽空回了趟家，走到村口，看到邻居的门前有好几种花，其中菊花尤其显眼，紫色和红色的花朵很小，没有兰州的黑心金菊大，估摸着如小孩子的拳头般。回来的路上，路过了“忘夫石”（我取的名字），此石很有特点，如此挺拔的矗立在弯道边，周遭没有遮挡，车子拐进弯就能看见。家里也有好几处奇石，房背梁顶生长着像野山楂树的一块石头，树脚像人为雕刻出来的凹进去的座席，刚好可容纳一成年人，坐在那里，面朝北方，可以遥望影影绰绰的铁甲山，是个打坐参禅的好地方，如果真有个和尚盘膝坐着，眼前便是美景了。

也有一处莲花石，顾名思义此石生的颇似莲花，去过好多次了，每次从不同的方向望，都会看到不一样的面貌。站在莲花石中间又有“只缘身在此山中”的不得要领，始终没有确定它和莲花之间有多少的相似度，不过此石也是少男少女的姻缘石，石身上刻了好多男男女女的名字，谁爱谁诸如此类的更不在其数，或许从这个角度来看倒颇有一点味道，如菩萨的座下莲台一般供虔诚的朝拜。小时候站在家里屋檐下即能一览莲花石一角，近几年落叶松长大了，已经看不到了，或许隐入林海了吧。家里有很多好玩的石头，但都太大，没法移动也没法呈现在众生眼底，只有本地人偶尔能饱饱眼福。

所念·家里的油菜籽

家里的油菜黄了，个很高、茎杆很粗，结实也相当可观，奶奶总是发愁，怕来一场冰雹把割好的菜籽淋在地里，遂催着爷爷去早早的收掉，走到地里，有一部分还没有熟透，索性一并割了，期间聊起菜籽，爷爷

说这是五号高产菜籽，我问道去年收成的不错那个是几号？爷爷回答是一号，爷爷也是敢于尝试的。

收完油菜籽，爷爷点着了菜杆，菜杆干透了，火势很猛，不大的一堆发出哗哗破破的响声，站在三米开外依然觉得脸上很烫，于是又后退了几步，看着火苗在秋风的吹动下左右跳动，不到几平的火势尚可让人不进其方圆三四米内，可想那铺天盖地的森林山火给消防员和其他人造成了多大的生命威胁，不带任何护具的情况下，可在几秒内将你重度灼伤，显见自然之威。

前几天的暴洪给家里也造成了不小的影响，房子的墙开始走了，于是爷爷叫了人用粗木抵着，站在旁边望去，相当揪心。屋外又响起了雨声，对于雨总有亲切之感，但望这次别下太久，墙撑不住了！

乡愁·一种刻骨的思念

雨下了一整夜，到现在也不见停，因我今天要走，爷爷奶奶早早就蒸好了米饭，每回离家总很不舍，虽没有古时“西出阳关无故人”、“少小离家老大回”的悲壮之感，但每次爷爷奶奶送出门时心总会揪着痛，走出村口，回头望着犹自站在雨中目送的奶奶的身影，眼角不觉的又湿了，遂狠心的背过头快速走出了奶奶的视线。

在家虽没帮上太多的忙，但回家一趟，看着已经开始掉落的白杨青黄夹杂的叶子，听听爷爷奶奶说起的家常，摘两串门前长得极旺盛的豆角，看看邻居家的大白鹅，听着狗吠和傍晚站在房背梁野山楂树上的灰头鹁和老怪的叫，提起胸，闻闻秋天特有的雨后潮湿夹带落叶的气味，晚饭后搬张凳子坐在门前看着西下的秋阳和天那头微红的霞，也算是寥解乡愁了吧。✘



天上美景 人间西湖

文 / 技术支持部 何娜

人常说：“上有天堂，下有苏杭”，趁着五一假期的闲适时光，我们一家也来了一次杭州之旅。

对待江南，对待杭州，我神驰已久。这份心神向往，多数来自于影视作品和民间传说，还有一部分则来自各大文豪所留下的千古名篇。另外，因为老家是祖国的大西北，爸爸妈妈一直生活在那片土地，未曾感受过江南的烟雨迷蒙，趁机带他们到处走走，感受祖国大好河山。

往事越千年，与先贤前辈忆江南

关于江南，文人骚客丝毫不吝笔墨，其中要数白居易的《忆江南》流传最广，写尽了江南风景，他说：“江南好，风景旧曾谙，日出江花红胜火，春来江水绿如蓝，能不忆江南？”自古以来，文人墨客多出于南方，又以江苏、浙江一带最为鼎盛。

杭州，是座极富历史韵味的名城！

在这里，有《白蛇传》中的游湖借伞，诉说那流传已久的凄美爱情；

在这里，有《水浒传》中的钱塘潮信，让鲁智深顿悟的悟道声音；

在这里，还有《济公传》中的灵隐寺，以及济公所

留下的数不清的至善传奇……

杭州城风景秀丽，妍丽婉约，自北宋苏东坡在此治理水患，建造三潭映月奇观以后，不知多少前辈先贤，先后来到此处吟诗作赋。

有浪漫主义诗人留下名句：“欲把西湖比西子，淡妆浓抹总相宜”。

也有怀有满腔愤恨，痛斥世道的名篇：“山外青山楼外楼，西湖歌舞几时休，暖风熏得游人醉，直把杭州作汴州”。

往事已越千年，这份文人气节却经久不息，供后人慨叹。

西湖岸边，杨柳依依，游人如织，春和景明。

我脚踏在这片土地上，思绪飘飞，一会儿忧国忧民，伤心秦汉；一会儿却又神采飞扬，心情愉悦。

思绪越千年，与家人游玩西湖

有人说：腰缠十万贯，骑鹤下江南！

那到底是怎样的一种豪情与欢快？

我默默体会着这座名城的古韵，感受那清风中传来的气息，忽而想到一首悠扬的乐曲：“西湖美景三月天，春风如酒柳如烟……”

不知道传说中的白娘子与许仙，是在西湖的哪一处停泊靠岸的呢？

凭栏默立许久，直到听到有人叫我上船，我转过头，惊讶的看了一眼，哦，不是许仙，是老妈！

船，是一条乌篷小船，船舱较小，容纳我们几人却刚刚好。我们围绕在一张小桌前，桌上泡着一壶龙井茶，茶叶湛清碧绿，宛若新摘。艄公持着双桨站在船尾，荡着碧波使小船缓缓前行。乌篷船下，碧水东流，荡起片片涟漪，这不正是江南独有的景色嘛！

我透过船舱眺望远方，思绪悠然越千年，幻想一代大文豪，站立在小船头上，他白衣胜雪，长身玉立，写意风流，手中的折扇轻轻摇晃，口中吐露的却是千古雄文。

绿水轻舟，远离烟火，我们顺流而下，不知去向何处。小河的沿岸，是一派灰墙红瓦，错落有致，而远处，则是一幅水雾蒙蒙，青山隐隐的古卷。千百年前，文人士子在这人间盛景处，或激扬陈词，或郁郁寡欢，留下多少诗词文章？秦淮河岸，广袖流仙，洞箫幽幽，古筝潺潺，又有多少才子佳人的故事在此演绎？

思绪飘飞无度，忽又想起江南一带流传已久的旧日习俗，这个习俗来历已经无从考证，但是我想，很多人都知道这个习俗：在古时候，家里有儿女降生后，他们的父母都会在门前的树下，埋上几坛上好花雕（黄酒），等待18年后，女儿出嫁或儿子高中状元时，再取出来饮用。而这种酒，名字就叫女儿红或者状元红。

游了西湖，喝了美酒，品鉴了西湖醋鱼的鲜香软糯，第一天的行程，就此落幕。我怀着一抹复杂的心绪，在陌生的城市中沉沉睡去。

梦回宋朝·寄情杭州

第二天，我们来到了宋城。

游走在宋城内部，我仿佛又回到了那个宋朝盛世！

宋城，是以张择端的名画《清明上河图》为蓝图，人工建造的一座古城，工匠们将画中的宋朝建筑，无差别的还原到现实中，这些建筑或飞檐翘角，或画栋雕梁，或金砖绿瓦，或回廊蜿蜒，桩桩件件极具美感。

脚踏在青砖道路上，漫步在宋朝的美景之中，我的心态变得出奇空灵，有种远离尘世的快慰。沿街两边，是一处处古色古香的商铺，门口还站立着一些做古人打扮的侍者，偶尔还能见到身穿汉服，头戴金步摇的小姐姐。她们巧笑倩兮，身姿窈窕，宛若仙子。

时间在古城中慢了下来！我感受着空气中江南独有的那份湿润水汽，仿佛置身在一副泼墨古卷之中，

行人街景斑斑如画，我亦如画，却不知道，观画的人会是谁？

我再次被宋城的美景吸引了，左顾右盼，目不暇接，想要把这眼前的一幕幕都烙印在脑海中。

望着这片斑驳古卷，我忽然想起了宋朝，这个在历史上饱受争议的朝代。提起宋朝，多数人的印象都是积贫积弱、奸佞当道，好像除宋太祖、宋高祖之外无一雄主，远不如汉唐两朝风光无尽。

但是，史书却是公正客观的。在我看来，自汉高祖刘邦称帝开始至王莽篡汉结束，整个西汉就已经算是一个朝代。而王莽篡汉后至三国两晋这段时期的东汉，又是另一个朝代了。

西汉、东汉这两个朝代加起来，才不过400余年！而众人称谓的唐朝盛世，也只不过延续了270年左右。恰恰就是那个以儒家思想治国，刑不上大夫，在国人印象中积贫积弱的宋朝，国祚却延绵了430年之久。

或许是周围的景色，让我梦回千年，回溯了时光，脑海中不停闪耀着出生于宋朝时期，但在中国文坛历史上都举足轻重的传奇人物，有“清泉石上流，明月松间照”的千古女词人李清照，也有“了却君王天下事，赢得生前身后名”的儒将辛弃疾，还有“多情应笑我，早生华发，一樽还酹江月”的大学士苏东坡……

杭州，杭州！✘





那些失败的社交媒体 或许值得被感恩

文 / 战略发展部 张天灏

“Make the world more open and connected”是Facebook在2012年进行IPO时写在招股书上的企业使命，也是其作为全世界最大的社交媒体平台对于整个社会的承诺。我们回顾近几年社会发展时，会发现这个世界真的有因互联网和以Facebook为代表的社交媒体而变得更加美好吗？对此，笔者持保留意见，也不希望正在阅读的你陷入简单的二元思维框架。毕竟，写下这些文字的初衷也不是为了对社交媒体和背后的算法口诛笔伐。

以社交媒体为代表的媒介技术在极大便利我们日常生活和丰富精神文化生活的同时，也在重新建构我们的文化传播、商业经济。通过改变社会结构、生产关系等方式社交媒体极大提高了社会生产效率，并在资本主义和先进算法等技术的助力下社会生产力得到了进一步的释放，越来越多的生产资料涌入社会并不断地堆积、聚集。一方面社交媒体持续性地推动社会前行，让每一个个体拥有更多地权力、渠道和方式去亲密接触我们这个世界，与地球另一端的人

建立联系；另一方面社交媒体也让越来越多人在社交网络所创造的赛博空间找到了归属，满足了不同社会群体在心理方面的慰藉和在情感方面的寄托，共同谱写属于我们的集体记忆。正如《Social Media, Collective Mourning and Extended Affective Space: A Computational Communication Analysis of Li Wenliang's Weibo Comments》所写，“社交媒体重塑公众哀悼与情感表达的形态，重构哀悼者与逝者，以及哀悼者之间的相互关系”，在李文亮医生微博评论区所延展出的情感空间中，充斥着柔软文字和细腻情感正是社交媒体在独特公众情感、集体记忆书写方面的深刻实践。

自第一次工业革命以来，随着资本主义不断蓬勃发展，经济激励正在操纵和运营着这个以“金钱”为导向的社会，致使人们在交往和互动的过程中更加精于计算，工具理性的价值观念、思维方式以及一切社会性行为都在被滋养，而原本那些美好而柔软的亲情、友情、爱情正在一步一步被侵蚀和淡忘。

可以明显地感觉到，随着社交媒体与信息技术的渗透，我们的情感正在变得越来越脆弱，意见和观点越来越偏激且容易受他人影响。在面对算法所精心编辑和推送时，我们如蝼蚁一般弱小，无法抗拒信息的洪流。那些我们所“喜爱”的音乐、影像和文字通过刺激多巴胺的分泌致使我们成瘾，社交媒体通过与劝服传播、议程设置等技巧的相互配合，令我们一方面享受着“得来速”的信息消费快感，在算法为打造的“楚门世界”中彻夜狂欢，从“点赞”中获得自我认同和情感满足；另一方面将我们的时间、注意力和行为无偿的出卖给社交媒体和广告商，通过不间断地浏览和点击行为，优化着平台背后的广告算法，不断填充着资本主义钱包。据2020年Facebook财报显示，Facebook广告收入达到5450亿人民币，占其总收入的98%。

然而，社交媒体对人类文明的影响远不止于此。从2010年的“阿拉伯之春”到2016年的“披萨门”事件再到2020年的“黑命攸关”（Black Lives Matter, BLM），假新闻泛滥的社交媒体正在逐渐沦为民粹主义、恐怖主义手中操纵舆论、颠覆社会共识、摧毁民主桥梁的武器。从某种角度而言，这一切的一切都与社交媒体背后那些受商业利益驱动的算法脱不了干系，在喻国明教授看来，“通过算法过滤和正反馈激励的信息使得用户兴趣不断固化”。胡泳教授同样指出，“个性化推荐会减少用户自我意识，使其认为与自己的信念相抵触的事实都不存在。”抛开假新闻、仇恨言论的危害暂且不谈，在我们的日常社交媒体生活中，一方面接触的信息面会越来越窄，逐渐形成一个自我封闭的空间；另一方面当我们的观点与外界意见形成对冲时，会感到茫然或走向认知上的极端和表达上的极化。据皮尤研究中心的社交媒体使用报告显示，美国青春期前期少女（10岁-13岁）在2009年至2018年自杀率上升了151%，而在2009年至2015年因割腕自残而住院的数量更是上升了189%。除了上述的身体肌理方面的伤害外，长时间使用社交媒体还会增加我们的社交压力、外貌焦虑和抑郁等负面情绪，导致我们的海马体不断缩小，而产生焦虑、恐惧和压力的杏仁核体积会显著增加，进而对我们的大脑造成永久的“创伤”。

如题，我们不禁感慨那些失败的社交媒体或许值得被感恩，感恩他们没有给我们这个世界打造多一个“数字监狱”，令我们被另一种“系统”的压榨，陷入意识形态冲突的旋涡。这些以用户数据为驱动的商业模式、市场策略和推荐算法作为逐利的洪水猛兽，削弱了民主与自由，摧毁了人们对于复杂议题的思辨能



力。它们理应得到法律的制裁与严格的监管，需要政府及有关部门制定明确的规管制度，需要平台企业落实对不同群体差异化保护的责任，更需要寄居在社交网络中的我们不断提高自身媒介素养、网络素养。

一棵树或许作为木材更具有使用价值和经济价值，但这不应该成为我们肆无忌惮破坏原始森林而获取木材的借口。齐美尔在《货币哲学》中写到，“金钱只是通向最终价值的桥梁，而人是无法栖居在桥上的。”经济与技术的发展使得根植于传统社会的美德消失殆尽，而与现代社会对应的契约精神却未形成，我们对于现实的强烈关怀和责任也不复存在。时至今日，我们或许应该用发展的眼光看待社交媒体、信息技术与人类文明的关系，或许我们的社会和生活需要的并不一定是算法所提供的“Best Option”，亦或许充满人文关怀的技术能够担当起“系铃人”的角色来重新弥合这个处于撕裂中的社会。

最后，以Elon Musk在TED采访中的一句话作为结尾，“I'm just trying to look for the future and not be sad.” 🇺🇸

文 / 市场部 商慧丽

酷! 是一种态度

COOL IS AN ATTITUDE

酷!是一种态度。挑战极限运动,跳伞、深潜、射击、探险,玩出千万种样式,释放万丈光芒,这是一种酷;十年如一日的深耕某个领域,两耳不闻窗外事,一心钻研视联网,持之以恒,突破技术、突破自己,这也很酷!将每个细节做到完美,认真对待每件事,礼貌对待每个人,不骄不躁,始终如一,这是难得的酷!

视联动力一直秉承“干得最棒,玩得最酷,活得最好”的态度,鼓励大家在工作上挑战自我,在生活中享受完美人生,一同走过祖国大好河山,在旅行和运动中见天见地见众生!

跟随公司的步伐,视联人身上也充满酷劲儿,在西藏骑行、去大海道冒险、去菲律宾射击、去西沙打橄榄球、去林芝探险,他们玩的夫胆、新奇,淋漓尽致,又潇洒肆意!

当你身上具备这种酷劲儿,无论在生活中还是工作上,都会收获成功。愿所有酷员工,都能乘风破浪,勇敢前行!

“敢玩,才最酷!”一起欣赏视联精彩!

慕成武，在极限运动中学会敬畏、珍惜生命

慕成武，视联动力产品解决方案中心宁夏办事处售前工程师。喜欢健身和跑步，迄今已坚持跑了2年马拉松，其中取得过半马1.5小时、全马3.5小时的成绩。2020虎克之路越野嘉年华120人参赛的50公里赛事中，以8.3小时的成绩排名21。

谈及对马拉松与越野跑的理解，他说马拉松是个人体力与毅力、耐力的碰撞，如同人生一样的自审、评判、输出、达成；越野跑则是对个人身体指标及能力的全面分析，求生自救、应急处突能力的积累，对自认和生命的敬畏。

他认为，所有的运动都秉持一个原则，安全健康及充分的自我认知，保持对自然和赛事以及生命的敬畏，不逞能、不冲动，安全回家才是终点。

Q: 您认为的“酷”是什么？

答：别样的生活和对待事情的态度。

Q: 您觉得工作中，怎样的人最酷？您做的最酷的努力是什么？

答：认真严谨的人最酷，能自主跨界学习的人最酷。

Q: 说一件您自己在生活中比较酷的事儿？

答：自学跑步、健身、膳食营养学、康复拉伸及相关方面知识。

Q: 敢玩，才最酷。您最喜欢什么运动，从中得到何种体验？

答：健身、跑步、越野跑，从运动延伸至生活乃至人生。竞技运动如同人生，坚毅的意志力、持续输出的动力、长久续航的耐力。在不断超越及被超越当中体会竞争，在你足够优秀的情况下方可与能者、达者为伍。人生无止境，运动永长久。



杨乌拉

向着阳光奔跑，逆光飞翔

杨乌拉，视联动力技术发展中心系统架构师。今年，他参加了3场全程马拉松赛事，其中冒雨在青岛国际马拉松赛事中以3小时20分40秒的好成绩完成赛事；在“北京三环挑战赛”50公里中，取得第二名的好成绩。此外，他还在“北京三峰连穿国际越野赛”中，取得第二名的好成绩。

在外人看来，马拉松或许是一项枯燥又无聊的运动。而在跑者杨乌拉看来，坚持运动，是为了让自己长期处于一个竞技状态，无论是工作和生活都能坦然面对。跑马拉松的过程就是与自己搏斗，用自己强大的意志力降伏心中的懒惰、消极、畏难、放弃等消极情绪，从而达到战胜自我、重塑自我的目标。当长跑结束，内心仿佛拥有了铠甲，纵然现实有多少泥泞，也不再害怕。

Q: 您认为的“酷”是什么？

答：别人眼中和自己眼里不一样的自己，个性鲜明，挑战个人极限。

Q: 您觉得工作中，怎样的人最酷？您做的最酷的努力是什么？

答：坚持的人最酷。最酷的努力是坚持运动，坚持学习，热爱生活和工作。

Q: 说一件您自己在生活中比较酷的事儿？

答：带着老婆和孩子，一起参加迷你马拉松，共同在运动中健身，家庭运动时间也都增加了，家庭关系、亲子关系更加和睦。

Q: 敢玩，才最酷。您最喜欢什么运动，从中得到何种体验？

答：健身、跑步、越野跑、各种球类运动、潜水等，运动使我远离肥胖并且降低慢性疾病的风险，改善记忆力和提高睡眠质量。同时我觉得我的工作效率更高、思维更加敏捷，并且敢于不断地挑战新的项目课题。



周锐，健康生活，骑行天下

周锐，视联动力海南区销售经理。做最充分的准备，迎接未曾体验过的美好。在一天内骑行17个小时，完成了305公里的挑战。团队骑行让路途变得不那么艰难，曾多次带团队环海南岛、环青海湖，热爱大自然，对未曾体验的远方抱有期待。因为骑行感受了中国广袤无垠的美丽风光，因为骑行体验了五湖四海的风土人情，因为骑行成就了别样的人生。

人生就像一场远行。有崎岖不平的山野土路、有风雨飘摇的昼夜；同样有平坦宽阔的阳光大道，同样有星辰灿烂的天空。我们结伴而行，相信自己，无畏艰难，追求美好。

Q: 您认为的“酷”是什么？

答：“酷”就是坚持自己所热爱的，勇敢追求自己所坚持的事。

Q: 您觉得工作中，怎样的人最酷？您做的最酷的努力是什么？

答：工作的时候认真真、勤勤恳恳以优异的成绩完成工作任务，达到目标。我做的最酷的事儿就是通过自己努力，协调公司相关资源最终使得项目中标，很有成就感，也让自己的付出很值得。

Q: 说一件您自己在生活中比较酷的事儿？

答：坚持骑行11年。

Q: 敢玩，才最酷。您最喜欢什么运动，从中得到何种体验？

答：骑行。享受孤独的同时让自己专注于当下，能够在放空自己之后进入安静的思考。通过骑行还能理解生活的艰苦或者说是人生的苦难。让自己的抗压能力得到提升，同时锻炼自己独立生存的能力，学会了很很多的生活的技能。



春风十里，相识视联 最美四月，共舞未来

——SU供应链 & MD售前技术支持部怀柔联谊拓展之旅

文 / 医疗事业部 售前技术支持部 穆利鹏

人间最美四月天，踏青出游正当时。四月的北京，天高云淡，风和日丽，春意盎然。4月17日周六一大早，由SU供应链和MD售前技术支持部组成的联谊小分队按照早已规划好的路线自驾前往大家心驰神往的目的地，国家4A级旅游风景区——雁栖湖。

雁栖湖位于京郊怀柔城北八公里处的燕山脚下响水湖附近，北临雄伟的万里长城，南偎一望无际的华北平原，是一处风光迤迤的水上乐园和风景区。雁栖湖水面宽阔，湖水清澈，每年春秋两季常有成群的大雁来湖中栖息，故而得名。

怀着对雁栖湖的无比憧憬，望着沿途的风景由一座座高楼变成了一片片苍翠，小伙伴们的心情无比舒畅，早起的疲惫也一扫而光，一路上欢声笑语，不一会儿就到了目的地，由此也正式拉开我们此次联谊之旅的序幕。本次活动在徐曼姐牵头的周密组织下被安排的丰富多彩，轻松欢快。一切妥妥当当，小伙伴们需要做的就是享受美景，享受快乐。

在入住酒店，分配房间，短暂休息之后，上午9时，开始了我们的第一个活动——户外拓展活动。在领队的组织带领下，大家被分成了两个Team——蓝队和红队，而且每只队伍民主选举出队长、队秘、安全员，各自队员齐心协力创建自己的队旗、队徽、队语，一场PK大赛震撼登场。经过“分析记忆”、“团队起鼓”、“轨道传递”三个回合的激烈竞赛，活动被一二次次的推向热潮，小伙伴们拼尽全力，相互协作，配合默契，不仅赛出了成绩，增进了友谊，更是用实际行动践行了视联人“干得最棒、玩得最酷、活得最好”的精神理念。

丰盛的午餐过后，小伙伴们又开启了第二个活动——徒步神堂峪栈道。神堂峪栈道全长7558米，在雁栖湖两岸逶迤穿行，纯木铺建，是目前华北沟谷内最长的山水栈道。这里融山川、河流、奇峰、怪石及古长城于一体，地形道劲蜿蜒，时而在水面上平铺直叙，时而半山腰处舞动腰肢，时而隐秘于悠长的山洞之中，时而又掩映于密林深处。三个小时的徒步之旅，小伙伴们呼吸着乡间的清新空气，聆听着动听的溪水和鸟鸣，一步一景，一步一叹，陶醉于这山水栈道间，宛如漫步于仙境般世外桃源之中。

在结束了第一天充实而又欢乐的活动之后，晚上的重头戏——自助烧烤大餐火热上映，小伙伴们觥筹交错，烧烤+啤酒+美女，无不惬意。

第二天上午，小伙伴们又迫不及待的开启了本次拓展之旅的最后一站——雁栖湖环湖骑行。每个小伙伴都全副武装，骑上各自的座驾——专业山地自行车，沿着碧波荡漾的雁栖湖环形道，悠哉的肆意骑行。

大家不时的驻足欣赏湖边美景，不时的又竞速玩耍，在每一次地奋力蹬踏中，感受风从耳边呼呼吹过的声音，感受自由，在最美的骑行中，在不知不觉中，找寻更好的自己。

美好的事情总是那么短暂，下午时分，两天一夜的联谊拓展之旅圆满结束，到了该返程的时间了。本次活动精彩纷呈，轻松欢快，意义非凡，小伙伴们远离尘嚣，拥抱自然，不仅体验了美景美食，更加深了SU&MD部门之间的深厚友谊。本次活动的顺利举办，离不开艳飞姐、庆松哥、海宝哥三位领导的大力支持，更离不开徐曼等小姐姐的精心组织，这才让我们每一个人都无后顾之忧，尽情的畅玩，尽情的享受。本次活动也深深的让我们感受到了团队协作的魅力，增强了大家的团队意识，相信在未来的工作中我们会更加紧密合作，共同为公司贡献属于自己的力量，做出最出彩的视联人。✘







积累自信 不断向上

——更快，遇见更好的自己 文 / 人力资源部 罗杰





2021年3月26日，在美丽的南迦巴瓦峰脚下，在绽放的桃花林中，6名视联运动健将参加了一场前所未有的高原马拉松。在氧气充足的平原地区，坚持跑完21公里都难以完成，更何况在氧气稀薄、道路崎岖的高原。这场比赛，对于选手和工作组来讲都是前所未有的挑战，每个人的心里都默默捏着一把汗。但当最后一名选手冲过终点，许多人的眼眶都湿润了，他们用实力和毅力诠释了自己的决心，超越了过去的成绩，也迎接了全新的、无所畏惧的自己。

人生就像马拉松，纵有千百个理由放弃，也要给自己一个坚持下去的信念，因为在坚持的过程中，曙光就会慢慢浮现。

其实，从2019年起，公司每年都会组织全国联跑活动，2021年更是启动了“奔跑吧，视联人”计划，鼓励员工在工作之余积极跑步，将跑步作为一种人生态度，并且给予丰厚的奖励。

跑步是一种十分友好的运动，它没有地域的限制，没有规定的活动形式，也没有技巧和捷径，它唯一需要的，就是你迈开腿向前奔跑。但同样，跑步是最孤独的运动，因为在奔跑的道路上，你唯一可以信赖和倾诉的，只有自己。

我们希望有越来越多的人，用跑步来丈量脚下的路，用跑步来描绘更美的人生地图。虽然孤独，但我们能在跑步的过程中倾听自己沉稳有力的心跳，能静静地和自己对话，能在一次次超越自我中积累自信，遇见更好的自己。

今年，在杨总的引领下，各部门先后启动了月度三项评优表彰与学习分享计划，如今已实践了三个多月。将原本以年度为单位的评优细分到月度，让员工的工作努力和成绩能够更快、更精准地被认可，获得荣誉和奖励，无疑是一件振奋人心的事情，这极大地鼓舞了广大视联人的工作热

情。同时，按月对优秀员工进行表彰，不仅能够当月表现优异的员工更加努力，也能带动其他伙伴共同进步。较短的评比周期提供了更多的机会，让更多人的付出被看见，也推动评选环境和标准更加公平公正。月度学习则提供了一个广阔交流平台，让大家能够开诚布公、敞开心扉讨论与公司、个人发展都十分密切的话题，我们可以学习其他人优秀的分享内容，也可以提出自己不同的观点，大家围坐在一起沟通探讨，让开放、多元、包容的文化带给我们更多的养分和能量。

开展月度三项对于公司的人力、物力和财力都是一笔巨大的投入，但为什么如此坚决地推动这件事情的落实，我想是因为月度三项和马拉松精神有许多共鸣之处。它像马拉松一样，友好又行之有效，鼓励参与者以一个较小单位的成就，去寻求更大单位的进步，不断积蓄自己的力量，去取得更出色的成绩。不积跬步无以至千里，它强调脚踏实地播种，才能如期收获硕果。它不需要太多的门槛，只要你愿意从今天开始，那么每天你都能遇见不一样的自己，就像我们的企业文化理念“干得最棒，玩得最酷，活得最好”所传达的精神一样。

杨总说，今天的相聚是为了更快地分离，人生的短暂不容我们虚度生命，在最短的时间里，学习知识，提升自己，补足短板，获取报酬，然后轻装前进，全力以赴去争取更大的胜利。无论更大的胜利是指职位和薪资的提升，还是得到了更多的机会和更优质的平台，都是对自己最好的褒奖。人生就像马拉松，获胜的关键不在于瞬间的爆发，而在于途中的坚持。第一阶段，我们用脑奔跑，第二阶段，我们用性格奔跑，第三阶段，我们用心奔跑，希望我们都在奔跑的道路上，遇见更好的视联动力，更好的自己。★



季度书单推荐

《心》

作者：夏目漱石

出版社：江苏凤凰文艺出版社

推荐人：技术统筹部 王亚茹

推荐理由：

《心》剖开了四个自我厌弃的人的内心——“我”、我所仰慕的先生以及先生的挚友K，最后则是夏目漱石自己，在这过程中，复杂的人心被呈现的一览无余！合上这本书，你反而感觉到一种释然。既然人心本来就是这样复杂，为何不学着放过自己！

那些生活中“总觉得自己不够好”的人，他们对自己的厌弃和怀疑，并非因为他们真的有那么不好，而是他们太希望自己能成为一个完美无缺的人了！可是真实的世界就是不完美的，真实的人性也本就是复杂难辨的！怎么可能真的有人做到完美无缺呢？所以我们才更需要《心》这样一本经典，它帮你剖开了世人所有的隐藏和伪装，让你在见识到人心复杂的同时，带你了解人性的不完美！



《少即是多》

作者：本田直之

出版社：重庆出版社

推荐人：技术统筹部 王文婕

推荐理由：

负重感强？压力大？那看看这本书吧，或许你能从中找到幸福的生活方式。作者很多观点我感同身受：少一点物质占有，多一些精神体验，这是一种类似于断舍离的人生整理术。或许我们也可以像作者那样尝试一下工作与生活泾渭分明的状态，为自己创造工作生活的幸福感，降低满足“阈值”，只选择自己需要的东西。从“物质富足”到“精神充实”，幸福的形式已然发生改变，可能我们当下幸福感缺失，幸福指数不高，若想要自己的心灵感受到全新的悸动，我们就必须作出改变、选择，积极主动靠近“幸福”。



《被讨厌的勇气》

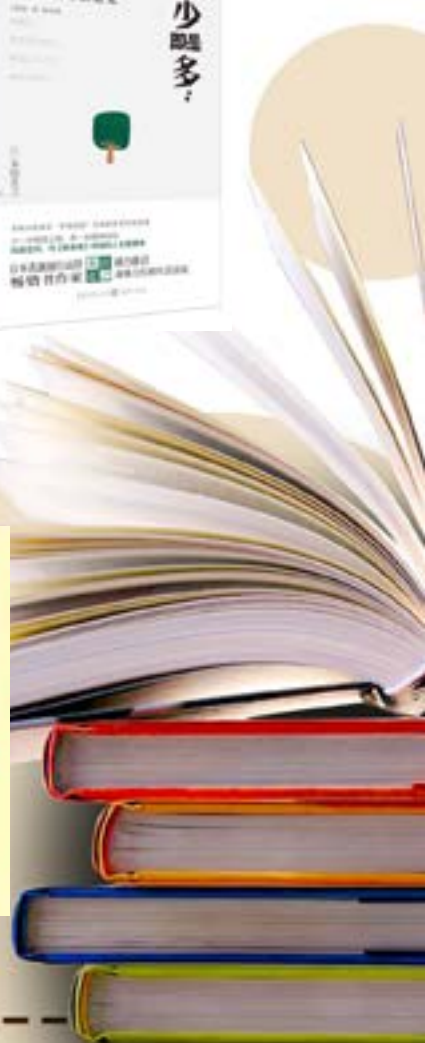
作者：岸见一郎/古贺史健

出版社：机械工业出版社

推荐人：测试部 胡志成

推荐理由：

市面上关于心理学的著作早已多不胜数，其中个体心理学著作，近年来更是层出不穷，这些书籍的核心思想，分别来自弗洛伊德、阿德勒、荣格等三位心理学宗师所创建的流派。这本书中，作者以对话体形式，利用青年与哲人的对话，极尽解析阿德勒的思想：所谓的“愤怒”、“害羞”等情绪，都是自己内心不想去做某事的一种保护工具。看这本书的过程，就像与一位充满智慧的哲人对话，哲人以充分的耐心和循循善诱的方式，帮助你找寻人生幸福的真谛。





创新 改变 世界
Innovations change the world



视联动力信息技术股份有限公司
VISIONVERA INFORMATION TECHNOLOGY COMPANY, LTD.

地址：北京市东城区歌华大厦A1103-1113

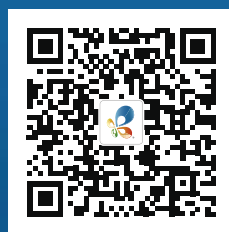
电话：010-84186888

传真：010-84186888-8065

客服：400 880 6311

官网：www.visionvera.com

扫描二维码 关注官方微信



VISIONVERA INFORMATION TECHNOLOGY COMPANY, LTD.

VISIONVERA INFORMATION TECHNOLOGY COMPANY, LTD.