

# 与隐患“较劲” 跟细节“死磕”

## 王瑞雪获2025年中国石化油田企业基层安全竞赛个人金奖

2025年中国石化油田企业基层安全竞赛现场传来捷报：鲁胜公司安全(QHSE)管理部主办王瑞雪以警示标识辨别第一、理论答题满分的成绩斩获个人金奖，所在的胜利油田团队夺得优胜团体一等奖。

领奖台上，这个戴着眼镜、笑容温婉的“90后”姑娘，用五年时光，完成从校园学子到竞赛夺冠的蜕变。成长背后，是王瑞雪把安全标准刻进骨子里的执着，是无数次与隐患较劲、与细节死磕的故事。

大众新闻记者 顾松 通讯员 陈军光 葛勇



### 蹲下去看见真问题

2020年入职鲁胜公司时，安全工程专业毕业的王瑞雪也曾经历过“纸上得来终觉浅”的困惑。让她惊喜的是，单位为每位毕业生量身定制了系统的轮岗培养计划。

两年的时间里，她先后在注采站、集输站、联合站等关键生产单元学习。从注采站的井口巡检到集输站的流程操作，从联合站的设备维护到应急演练的现场调度，王瑞雪像海绵一样汲取着现场经验。

“在QHSE监督中心的一年，是把理论掰开揉碎再重塑的过程。”王瑞雪回忆道，那时，师傅教她的第一招是“蹲下来看细节”。灭火器的压力数值、抽油机刹车的有效期、安全阀的校验日期……这些藏在角落的隐患，都成为她每天“找茬”的目标。也正是这种“于细微处见风险”的本领，后来成了她竞赛中隐患排查科目稳操胜券的底气。

随着岗位调整，到安全(QHSE)管理部任职后，王瑞雪的工作视角发生了质的飞跃。她开始从单点隐患的排查者，成长为系统风险的把控者，这个转变让她对安全管理有了更深刻的认识。

以前在现场，看到隐患当场整改就结束了。但在管理岗后，她会多想几步：这问题为什么会总是出现？是检查周期问题，还是设备问题？她会认真总结剖析原因，并把案例放进培训课程里，教大家从一开始就避开这类问题。

工作第三年，王瑞雪顺利拿下注册安全工程师证书，这本证书对她而言，更像是理论与实践深度融合的“结业证”。

### 让精准操作成条件反射

备战2025年中国石化油田企业基层安全竞赛的一个月，是王瑞雪对“极致”二字的生动诠释，她以近乎苛刻的标准要求自己。

正压式空气呼吸器穿戴是王瑞雪的“噩梦项目”。穿戴时，指导老师要求“每句指令一字不差，每个动作精准到位”。十公斤多的气瓶压得身材娇小的她肩膀生疼，反复下蹲则让膝盖青紫交叠。她咬牙坚持，贴上膏药继续练，直到闭着眼都能完成整套操作，并背出操作流程。

“原来所谓熟练，就是把每个细节刻进肌肉记忆里，把每个动作都练成本能反应。”王瑞雪说。

更具挑战的是警示标识辨别，60张标识涵盖禁止、指令、警告、提示四类，每人手持10张考试卡，要在安全标志墙上快速匹配。为保证准确的基础上提速，她琢磨出“两行扫视法”，还时刻提醒自己关注安全标志墙的视觉盲区，因为那些容易被忽略的角落，往往藏着最关键的答案。决赛时，她以49秒的成绩拿下这个项目的第一名，比训练初期快了近1分钟。

理论考试涉及3000多道题目，她不仅熟记答案，更深入研究每一条法规标准的制定背景和应用场景。“20%的新增题很容易做错，但是从内心吃透制度原文就一定没问题。”王瑞雪笑着说，备战的那段时间，梦里有时都会出现“受限空间作业审批流程”。最终，她在理论考试中取得了满分的成绩。

### “五颗金子凝成一束光”

“一个人可以走得很快，但一群人才能走得更远。”在团体赛备战中，王瑞雪深刻体会到团队的力量。团体赛的突围之路，用她的话来说就是：“写满了默契与热血”。作为胜利油田三支队伍之一，她们把“配合”练到了极限。

理论必答题，大家专攻法规、制度、标准模块，每晚互相抽查补短板；视频隐患排查，大家收集了几十个事故案例视频，逐帧分析“隐藏考点”；在抢答题环节，为了练0.1秒的按键速度，大家连手指摆放角度都反复调整。有次模拟赛，因视频里一个模糊的“压力表超期”标识没被发现，五人复盘到深夜，把所有易漏点整理成“隐患清单”。

作为最容易拉开分数的项目，实操笔答题更考验细节把控。王瑞雪把考试资料里的每一项标准数据、每一条制度原文都拆解成“记忆卡片”，贴在学习桌前，吃饭时背、睡觉前背，连括号里的备注都不放过。竞赛时，她更是主动承担执笔角色，一笔一画确保卷面整洁，为团队锁定优势。

成功总是垂青那些有准备的人。当裁判员宣布“胜利油田代表队团体第一”时，大家相视一笑。那笑容里，既有历经磨砺后的释然，更有并肩作战终获佳绩的喜悦。

如今回到工作岗位后，王瑞雪的办公桌上旁仍然放着那些快被翻烂的制度标准，“赛场的终点，是安全工作的起点。”那些在夺冠路上淬炼出的严谨与敏锐，终将化作守护鲁胜公司安全的铠甲，在日复一日的坚守中，绽放更持久的光芒。

鲁明公司：

## 举办廉洁主题EAP活动

本报8月27日讯(大众新闻记者 顾松 通讯员

刘珍) 家庭是社会的细胞，是拒腐防变的第一道防线。近日，胜利油田心福辅导员、鲁明公司党群工作部的王淑梅以“亲情助廉 爱心‘廉’动”为题，为新提拔干部及其家属开展家庭助廉EAP活动，倡导大家廉洁自律从自身做起，从家庭做起，营造干事创业的良好环境。

活动开场以心理学情景测试形式，引导基层管理干部面对危机事件时，如何有效掌握工作相关信息，制定可行性方案，科学决策，

从而把问题解决在萌芽状态或把损失降到最低。

在集中学习近年来违纪违法典型案例时，王淑梅从贪婪心理、侥幸心理等多个方面对违法违纪心理进行分析；“廉洁成语猜猜猜”环节，清正廉明、廉洁奉公、两袖清风等廉洁成语，在家庭成员齐心配合下，每位管理干部精准猜中。

“廉洁是幸福的基石，我们要一同守护这份幸福。”在商河采油管理区刘锐看来，这既是爱人对彼此的希望，也是一份沉甸甸的责任。

海洋钻井公司：

## 提高员工健康管理水平

本报8月27日讯(大众新闻记者 顾松 通讯员

景超) 今年以来，胜利石油工程公司海洋钻井公司贯彻落实“体重管理年”活动要求，在员工职业健康、体重管理和心理健康方面三管齐下，让“做自己健康第一责任人”理念落实为实实在在的行动。

“老张，你的血压这么高，这次就不要上平台了。”新胜利一号平台倒班，员工全部在桩西前线进行上岗前酒精、血压检测，未达标者严禁上岗。

工作中，他们制定特殊岗位及异常人员管控五项措施七项要求，实行红、橙、黄三级管控。按照“谁管理、谁负责”和“逐人逐档”原则，建立重点人员档案，逐人分析研判，分类定级。基层单位指定健康管理师，班组长建立“一对一”联系机制，每天上岗前询问重点关注人员身体状况，每天上岗前测量血压，不安排重体力及连续加班劳动、不安排单独作业、不安排单独宿舍居住。

3月份，海洋钻井公司委托医疗机构对健康高危人员进行全面监测、分析、评估，对197名健康高危人员在身心健康、生活习惯、医疗保健等方面给予干预。同时，采取增设健康驿站、规范劳保配备、开展急救培训、采购各类防暑降温药品等举措，为一线员工提供坚实的健康保障。

在健康管理版图中，饮食无疑是至关重要的一块拼图。该公司推行健康食谱和员工营养行动，食堂的每一道菜品油盐糖用量均减少三分之一，让每一口饭菜

都更“轻盈”。

为了让员工吃得健康又美味，他们开展“匠心烹饪、营养健康——打造优质员工餐”岗位练兵，推出兼具创意与实用性的员工餐，让员工从“吃得饱”向“吃得好”“吃得科学”“吃得健康”升级。

每个工作日的9时30分，伴随着音乐响起，办公楼内八段锦行云流水。大家伸伸胳膊，抬抬腿，弯弯腰，既能活动筋骨，缓解疲劳和压力，又可以提高身体素质和工作效率，形成“运动、健康、快乐、高效”的工作生活理念。

“安全意识提升与保持积极心态，是自我安全管理的关键！”在胜利六号平台，一场别开生面的“情绪调适”团体辅导课正火热开展。

针对海上20天倒班作业模式，方舟EAP服务中心建立“倒班心理跟踪”机制，开发情景化团体辅导项目，推出“心理自助云套餐”，在平台试点“心理安全双防体系”，将心理风险评估纳入安全生产管理流程。他们对司钻(班长)、钻井工程师、钻井液工程师、电气工程师、机械工长、司机长等关键岗位的106名员工，下发心理问卷调查和和谐量表，对947名基层单位员工进行“人岗相适心理健康评估”测试，为员工提供多样化、深层次心理健康福利。

如今，“EAP+”点餐式和订餐式服务，成为维护员工身心健康的重要举措。在沙盘游戏、宣泄室、心理测评等功能区，配备了专业设施工具，EAP工作室让每名员工都能找到合适的情绪宣泄口，及时消除心理问题，提高幸福感满意度。