



辛瑞在灰硫主VOCs配电室进行送电操作。

山东泰安公司集控运行主值班员辛瑞：

汽机轰鸣催我前行

齐鲁春风掠过汶水河畔，汽机组的轰鸣在耳畔回响。这声音，是我5年来成长的背景音。2020年盛夏，我揣着研究生毕业证书踏入山东泰安公司这片厂区，从书本理论走向集控运行岗位，一步一个脚印稳步前行。

初为巡检员，我满是忐忑。望着庞大的锅炉、缠绕如网的管道，连巡检路线都记不扎实。作为生产一线的女职工，有人曾说：集控运行太累，女生干不长。我未曾动摇，只暗下决心：用专业打破偏见。

巡检的日子，是与设备的深度对话。清晨，朝阳下工装裹着朝气；深夜，星光与安全帽灯光交织。我紧跟师傅，手中的规程和系统图被翻得起了毛边，每一个参数、每一个设备点位都被认真标注。师傅见我听不懂，便放慢语速细细拆解，温柔的鼓励让我渐渐褪去胆怯。

两年后，我成为副值班员。这份岗位要求我时刻盯着DCS屏幕，精准调整机组参数，配合检修处理缺陷。初学看盘时，参数稍有波动我便慌了神。主值师傅坐在身旁，耐心教我看出运行曲线、找参数变化规律，告诉我哪些可以微调，哪些是底线。一次主汽温度偏高，我按师傅教的方法慢慢开大减温水调节阀，看着数值回落，悬着的心才放下。我沉下心来研究工况调整技巧，学习应急处置，逐渐成为主值的得力助手。

现场经验不足，我就在业余下功夫。每天下班回家，卸下疲惫翻开规程，结合教学视频梳理设备逻辑，把不懂的知识点圈画整理。2024年，我相继在公司锅炉、汽机、值班员综合比武中拿下第一名。专业能力在一次又一次学习和比武中扎实起来。

2025年，我升任集控运行主值班员。坐在DCS盘前，目光锁定每一组数据，精准调整机组参数。曾经质疑的声音早已消散——我用专业与坚守证明，女性同样能在集控运行岗位绽放光芒。

工作之余，我投身公司宣传工作。入选山东公司“青未新媒体”联盟后，我用镜头和文字记录厂区里的坚守；汽机房里师傅专注的神情、巡检路上同事相互帮扶的身影。作品被集团公司抖音号发布，让更多人看到国能一线职工的故事。

回望这5年，企业见证了我的青涩与蜕变。面对新入职的年轻人，我总会想起曾经的自己，主动分享经验，耐心解答疑惑，如同当年师傅对我那样。

汽机的轰鸣声依旧回荡，那是成长的旋律，也是前行的号角。作为国能青年，我将继续怀揣热爱，扎根岗位，以坚韧之姿逐光前行。



周旭检测安装小汽轮机给水泵轴振探头。

2010年，我怀揣对电力事业的憧憬，走进山西公司霍州电厂，从热控专业学员起步。十五载光阴流转，我从一线检修工成长为检修部热工专业主任助理，从单打独斗到带领团队并肩攻坚。

初入电厂，便是脚踏实地的沉淀。热控专业对理论知识和实操技能要求极高。我白天泡在现场熟悉设备，跟着师傅排查故障、记录参数；夜晚埋头钻研行业标准与技术图纸，把疑难问题一一记满笔记本。机组大小修期间，我主动留守现场，日以继夜跟进检修流程。慢慢地，我从懵懂新人成长为能独当一面的技术能手。

走上管理岗位后，我牵头搭建多元化培训体系，用微课教学打破学习壁垒，以技能竞赛营造比学赶超的浓厚氛围。看着新入职大学生脱颖而出，我深刻体会到个人成长与团队、企业发展同频共振的意义。

胜利能源露天矿供电队送配电线路工闫慧宁：

“跨界”成长路

晨风掠过内蒙古锡林郭勒草原的露天采场，细碎沙砾轻打着安全帽。胜利110kV变电站里，设备嗡嗡沉稳。我握着智能巡检仪走过一排排开关柜，指尖触到微凉的金属外壳，总会想起3年前那个忐忑又热忱的自己。

来胜利能源之前，我是网络优化工程师，也曾站上高校讲台。旁人眼中的安稳，却让我憋着一股劲——想去更广阔的天地触摸“能源报国”的脉搏。2022年，看到国家能源集团的招聘信息，我毅然按下报名键。

初入露天矿供电队，现实给了我一记闷棍。面对庞大的供配电网络、复杂的变电站设备，我陷入“本领恐慌”。老师傅随口报出的线路编号，我要翻半天图纸；第一次跟着处理电缆故障，连递工具都怕出错。班长拍着我肩膀说：“矿山供电是采场的生命线，多看多问多跑现场，脚下有泥，心里才能有底。”

这句话被我写在笔记本第一页。从此，工具包里除了

验电器、扳手，永远装着两样东西：画满标注的系统图纸，写满知识点的工作笔记。白天跑遍每一条供电线路，夜里对着图纸复盘，啃读专业书籍，常学到深夜。

为筑牢根基，我备考中级注册安全工程师。恰逢变电站年度检修，白天连轴转，晚上借着台灯刷题，把安全规范与现场作业结合。拿到证书那一刻，我知道这不是终点，而是新起点。

3年过去，我从“跨界新人”成长为技术骨干，也见证了公司从人工巡检到数字化智能化的跨越。我把高校养成的科研思维融入现场优化，跟着团队攻克技术难题。第一次在调度屏幕上看到自动巡检系统传回的高清画面时，我突然懂得：成长从来不是孤军奋战，而是把青春理想和企业紧紧联系在一起。

如今，我也能带着新职工跑现场、讲原理，像当年师傅带我那样。有人问我：放弃安稳讲台后悔吗？我指着平稳



闫慧宁调试主变压器控制回路。

运行的设备说：在这里，我完成了重要蜕变，企业给了我成长的土壤，我用坚守回馈信任。

道阻且长，行则将至。扎根矿山，坚守供电一线，这场与企业同行的青春，一切都刚刚好。



朔黄铁路原平分公司小觉供电队队长牛卫东：

太行山中的守护

2026年4月22日下午，一张人事任命书放在我桌上——出任小觉供电队队长。我愣了一下，随即明白：这是对我多年一摸爬滚打的认可。

2012年，我从铁路院校毕业进入朔黄铁路原平分公司，22岁，像一颗播撒在铁道线上的种子。面对供电系统，我认定一个死理：不会就学，不懂就问。白天爬杆、巡检、排查隐患，晚上翻技术手册，看故障案例。一天天磨下来，接触网和电力检修也能独立完成了。

2017年，国家能源集团重组整合。企业平台更大了，要求更高了。“实干、奉献、创新、争先”的精神深深影响了我。此后我主动钻研技术，参与“五小”发明。

最难忘的是2018年5月，原平南变电所311断路器突发跳闸，大家围着数据却怎么都查不到原因。我赶到后没有急于拆检，先看了一下天色，再核对跳闸电流，琢磨片刻说：“可能是鸟害。”大家将信将疑，检查发现果然有一处鸟巢碰到带电部位。随后加装驱鸟器，问题再未出现。

供电检修，差一毫米都可能酿成大错。2019年，我在分公司技术比武接触网断线续接项目中拿下第一，获得集团技术比武的比赛入场券。备赛时，我在实训场反复练习同一个动作，手指磨出厚茧。最终团队荣获国家能源集团接触网工团体第一名。对我们而言，10分钟更换下锚绝缘子、15分钟更换补偿装置，每快一分钟、每精准一毫米，线路安全就多一分保障。

我把自己的故障判断方法配上图片，整理成小册子；将历年事故逐一分析做成PPT，定期组织学习。有同事说：“牛工讲事故案例像讲故事，听完就知道该注意什么。”

2023年冬，我调任龙宫供电队副队长。隧道结



牛卫东在隧道内测量接触网磨耗。

冰是山区铁路老大难，我琢磨后提出：战略上消除结冰顽疾，战术上提升打冰效率。优化作业方式，增加轨道作业车巡检频率，引进先进设备。据此编写的QC课题荣获河北省质量科技成果特等奖。2024年，我被授予集团公司“青年岗位能手”。

十六载深耕坚守，我先后斩获多项国家专利，获评分公司、分公司级“五小创新”成果近十项，并荣膺国际发明展金奖。没有凭空而来的成功，只有持之以恒的努力。

如今任命书在桌上，我知道这不是我多厉害，而是领导赋予我更重的责任。往后，我仍会待在生产一线，带着小觉供电队的弟兄们，在太行山深处，踏踏实实守护好每一段线路。

(任振华 整理)

山西公司霍州电厂检修部热工专业主任助理周旭：

深耕热控十五载

2017年，随着国家能源集团重组整合，技术革新成为企业发展的主旋律。我始终坚守“创新从现场来”的理念，深耕技术攻坚。2022年，电厂脱硝系统喷氨自动控制不稳，导致空预器堵塞、能耗偏高。我化身“设备医生”，紧盯各项异常数据，在300多次参数对比中精准找到问题症结，重新搭建并优化DCS逻辑，使脱硝自动控制稳定投入运行，每年为企业节约成本近百万元。

2024年，一号机组DCS系统升级改造工作启动，面对设备老化、备件停产、工期紧张等多重难题，我扛起现场总指挥的重任。从组织技术研讨敲定改造方案，到协调外委施工队伍，从严控施工安全与工程质量，到合理调配施工进度，我带领团队连续奋战25天，顺利完成上千个测点的拆装、数千页逻辑的校对工作。这些年，我牵头完成了DEH国产化改造、智慧空冷升级等十余项重点技

术改造项目。

班组是我深耕细作的阵地。我持续完善岗位责任制、检修作业指导书，推动工作流程标准化、规范化；常态化开展安全培训和隐患排查工作，筑牢安全生产防线；带头践行修旧利废理念，累计为企业节约成本数十万元。近年来，热工专业多个班组连续获评山西公司五星级班组，更斩获全国电力行业AAAAA班组、省级质量信得过班组等多项荣誉。

从2010年到如今，我见证了国家能源集团从重组启航到领跑全球能源行业的辉煌历程，企业也见证了我从青涩青年到匠心工匠的蜕变成长。机组轰鸣依旧，参数跳动不息，那是能源人坚守的初心，更是我们奋进的号角。未来，我将继续扎根热控岗位，与国能同心同行，在能源保供的征程上续写担当、绽放光芒。

2021年7月，我走进包头化工甲醇厂。签下劳动合同的那一刻，指尖微微冒汗。从校园课堂到生产现场，一切既陌生又新鲜。那年恰逢国家能源集团成立四周年，大厅电子屏上滚动播放着“实干、奉献、创新、争先”的企业精神，在我心中埋下了初心的种子……

三级安全教育扎实而漫长。进入班组后，我才发现流程图在现场成百上千条管线面前让人头晕目眩。师傅张部坤总在关键时刻用简单的话点醒我。一次巡检，我盯着一块压力表半天看不出问题，师傅走过来：“别只看数字，要听声音、摸温度、看振动，现场会教会你更多。”这句话成了我的工作信条。我开始用眼睛、耳朵和双手去感知装置的脉搏。

日复一日的倒班、巡检、操作，时间在DCS曲线起伏中流淌。我从跟在师傅后面记笔记的“小跟班”，成长为能独立盯盘、会应急处置的技术能手。

真正让我成长的，是参与国家级重点研发项目——低二氧化碳选择性合成气制链α-烯烃技术万吨级试验项目。作为班组最年轻的骨干，我被抽调参与。从项目建设到实验开车，再到百吨级项目试验成功，一切都是从零开始的摸索。近90天，我们几乎全员驻扎，对着复杂图纸反复研究，对着参数标准反复调试。气密检查、设备调试、系统联动，每个环节容不得半点马虎。深夜车间里灯光永远亮着，讨论声交织，每个人都憋着一股劲。

当百吨级项目试验成功，仪表盘参数逐步达标，合格产品缓缓产出时，那一刻所有疲惫化作欢呼与热泪。我们相拥而泣，我切身体会到：个人的价值，只有融入企业发展，才能绽放光芒。

那几年，公司组织的技能比武、专家讲堂、跨装置轮岗，让我有机会跳出岗位看清产业链脉络。每月的安全培训让我明白，每一次平稳操作背后都关乎万家灯火。

2025年，班组来了两位新进大学生职工。他们穿着崭新工装，好奇地四处张望，眼神像极了4年前的我。我主动走过去，带他们熟悉现场，把当年师傅教我的“听声音、摸温度、看振动”又说了一遍。看着他们认真点头，我忽然明白：所谓与企业同频，就藏在老师傅递来的扳手里，藏在深夜中控室的坚守里，藏在一代代人手把手传递的温度里。

回望来路，2017年集团公司正式挂牌成立时，我还是象牙塔里的学生；如今，我已成长为独立顶岗的操作工。企业如奔腾不息的河流，载着我从青涩驶向沉稳；而我，愿做一朵浪花，汇入这洪流，为建设一流煤化工企业贡献力量。

(张晓刚 整理)



刘家检查甲醇合成装置机泵振动情况。

感知装置的脉动

包头化工甲醇厂甲醇装置合成副操刘家：