



编者按：由交通运输部、人力资源和社会保障部、全国总工会联合举办的第五届全国交通运输行业机动车检测维修人员职业技能竞赛总决赛不久前在江苏无锡落下帷幕。本次竞赛设汽车综合故障诊断与排除、车身修复(钣金)、车身涂装(涂漆)和汽车空调维修4个常规比赛项目。来自全国27个省(市、区)的189名选手参加了本次竞赛决赛。经过三天的激烈角逐，我刊专家委员会委员、全国知名钣金专家臧联防在车身修复项目比赛中夺得全国冠军。赛后，我刊记者对他进行了采访。

宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来

——专访全国知名钣金专家臧联防

◆文/本刊记者 彭蓉霞

记者：臧老师您好！首先祝贺您在车身修复项目比赛中获得了全国冠军，能否谈谈你的感受？

臧联防：谢谢！取得这个成绩完全出乎我的意料，感觉非常幸运。首先我想感谢交通运输部、人力资源和社会保障部以及全国总工会，是他们搭建了这个同行之间相互交流的平台，为我们提供了展现技能的机会。同时也要感谢中国汽车维修行业协会、烟台麦特集团的精心组织。回顾这次比赛，我先后经历了区、市、省级选拔，整个赛程从7月初开始，到10月下旬结束，共历时三个多月。一路走来，有挥洒的汗水，也有收获的喜悦。通过这次比赛，我学到了更多的专业知识，开阔了自己的视野，同时也发现了自己的很多不足之处，在以后的工作中，我会继续发扬优点，弥补

不足，努力做好自己的本职工作。

记者：您是否认为维修技能与比赛成绩有着必然的联系？

臧联防：维修技术高不一定能在比赛中取得好成绩，换句话说，比赛中取得好名次也不一定代表技术高，两者之间有很大的关系，但不是必然的。比赛成绩与诸多因素有关，比如对技术方案的理解、赛前准备、维修方案制定、临场发挥等，它是参赛者个人综合能力的体现。对于这种行业性的比赛，选手大多是修理企业多年从事一线生产的维修技师，因此比赛的难度也会相应地增加，这就对参赛选手的临场经验和操作技能等都有着较高的要求。如果基础不扎实、经验不足，或是技能点掌握不够，那么想取得好的比赛成绩并不容易。

记者：现在社会上组织的汽车维修技能比赛越来越多，比如世界技能比赛、行业比赛、职业学校的比赛、汽车厂家组织的比赛等。如此集中的技能比赛可以说体现了汽修技术越来越受到社会的重视，与此同时比赛的难度也在逐步加大。您认为参加技能比赛时应该注意哪些方面，或者说怎么做才能提高比赛成绩？

臧联防：这个问题我觉得不好回答，毕竟我不是这方面的专家。而且刚才我也说过，这次的成绩只是侥幸获得。我只能根据个人经历简单谈谈自己的几点看法。

一、合理定位、设立目标。竞赛前应客观、公正地认识自己，了解自身的优势与不足，根据自己的实力合理定位，设立目标。人心中有了目标，才会调动所有的能量，为实现目标而努力。目标要切合实

际,不能好高骛远,也不能妄自菲薄。目标过高,无形中会给自己增加压力,一旦目标实现不了,就会因此而产生挫败感,从而打击自信,丧失信心。目标过低,就失去了竞赛本身的意义。

二、收集信息、阅读比赛。一旦明确了目标,就应该全力以赴,做好前期准备工作。只有在比赛前做好充足的准备,在赛场上才能充分展现、发挥自己的技能。其中,收集信息显得尤为重要,信息内容包括:比赛场地、日期、比赛方案、技术要求等,可通过相关网站下载或阅读部委的文件等。收集信息非常重要,只有收集到足够充足的信息,整个训练计划才能开始制定。要充分阅读比赛,理解、吸收、消化所收集到的每条信息,不放过任何一个细节,甚至连公示的设备、工具清单都要进行逐一梳理,因为竞赛所提供的每一件工具都可能会有特定的意义和目的。

三、积极备赛、集中训练。针对相同的一个损伤,不同的维修技师所选用的具体修理方法也不同。有些维修技师会认为在进行修理时,只要能把车辆修好就算合格,有句俗语说“不管白猫黑猫,抓住老鼠的就是好猫”,但其实这是一个心理认知上的误区。通过多次、反复的实验证明,任何事物的发展、解决都是有规律可循的。车身修理也是同样的道理,只要能找出规律,制定出合理、严谨的维修方案,维修工作就可以按部就班、有条不紊地完成,整个过程操作会非常地流畅、得心应手,给人一种清晰明了、赏心悦目的感觉,更重要的是可以避免重复工作,节省很多时间。

对于竞赛而言,每个项目的时间都有具体要求,如果维修方案合理,就可以赢得更多时间,从而为提升维修质量奠定坚实的基础。如果违反了这一规律,那么整个修理过程将会杂乱无章,忙乱中还会出现工具拿错、掉落等现象,不但让别人看了感觉不舒服,同时也会在无形中增加自身压力,甚至在规定时间内无法完成既定的作业任务。

赛前集中训练的目的一是将操作流

程标准化,即找出合理的作业流程;另外就是通过训练找出自己的不足之处或者弱项,进行针对性训练;再就是针对比赛过程中可能出现的各种问题,提前制定应对措施。集训时,每一个环节都应仔细摸索、推敲,先做哪一步?后做哪一步?每一步做什么?如何做?操作重点是什么?做到什么程度?只有抓住这些重点,才能收到事半功倍的效果。集训期间,每天要做好训练日记,过段时间要进行自我评测和总结,要善于发现问题,及时找寻对策并进行调整。

四、熟悉场地、适应比赛。所有的比赛,赛前都会有一次适应赛场的机会。这一过程虽短,但尤为重要,所以要善于抓住重点。进入场地后,首先应观察工位上设备、工具的摆放位置,脑海将整个操作流程模拟一遍,这样在随后正式比赛时便可尽早进入状态。如果熟悉场地时可以自己动手操作,需要更加珍惜机会,尽量多操作一些不熟悉的设备、工具。记住一些关键参数值,比如随着电压不同,焊接参数也会有较大的区别,那就需要通过焊接进行验证。同样,有些气动工具要规范操作,只能通过操作进行验证。举个简单的例子,这次大赛的板件更换项目要求将两块钢板通过电阻点焊焊接在一起,然后使用点焊去除专用钻去除焊点,将板件分离。这里有个细节,就是钻头规格非常关键,如果能在适应场地期间进行操作验证,判断出钻头的安装位置,那么在比赛时,就可以将钻头调整到合适长度,这样在进行焊点分离时,就不会伤及下部钢板。如果在比赛期间反复调整,无疑将会增加作业时间。

五、放松心态、投入比赛。心态决定对待事情的态度,良好的心态在比赛中扮演着重要角色。大多数人都会有紧张情绪,这是正常现象。比赛中要注意力集中,全身心投入,不要过多地去关注周围的事物,尽早进入状态。另外,前期集训对于心态起着至关重要的作用。如果在平常训练时,每个项目都可以保质保量完成,有足够的富余时间,并且有各种预案,应对比赛中可能出现

的问题,那么比赛时就可以做到心中有数,心态自然放松。相反,平常没有训练,在比赛中现场发挥,一旦出现变数,情绪紧张也会在所难免。

记者:您最近在忙什么工作?您在我们杂志上连载的《汽车车身修复基础知识讲座》最近几期都没有写,经常会有读者询问,请您准备什么时候继续发表?

臧联防:最近一段时间确实比较忙。我也经常接到读者的询问,问我什么时候继续发表连载文章,对此,我要向这些热心读者表示深深的歉意。以后我准备专门抽出时间完成这系列文章。

我目前依然在修理一线工作,这是我热爱的职业,不会轻易离开。工作之余,我正在编写教学资源库,被分散了很多精力,所以这段时间一直没发表文章。

最近几年,随着与很多职业学校不断接触,发现其中一些问题比较突出。比如有些学校的老师是科班出身,理论知识丰富,但没从事过一线修理,缺乏实践经验。有的老师从修理工作的一线引进,技术过硬可表达能力稍差,很难将技术内容准确地向学生表达。另外,我还发现职业学校没有统一的教材,大都是从很多书籍上东拼西凑而来,我甚至见过有的学校将我在杂志上发表的《汽车车身修复基础知识讲座》作为教学内容。说实话,我发表的那些连载文章针对的是一线维修技师,并不完全适合于教学。这件事对我的触动很大,所以我打算将这么多年工作中积累的一些经验、心得体会结合实际情况,转化成教学资源,供汽修专业的学生学习和使用,也算是对维修行业的一种贡献。

去年,我受维修行业协会委托,开始建设多媒体教学资源库。该资源库在图文并茂的基础上,还采用了视频、动漫等多种立体形式体现,使原本复杂的问题简单化,以便学生能够形象、直观地了解和掌握汽修知识。目前,资源库建设正在有条不紊地向前推进,部分项目已经完成,我希望在不久的将来可以为维修行业的整体进步再尽一份绵薄之力! 