



沧州职院报

知行合一
厚德强技

——校训

2016年11月15日
农历丙申年十月十六
星期三

CANGZHOUZHIYUANBAO

内部资料 免费交流

沧州职业技术学院主办

准印证号:JL10-0033 2016年第29期

总第211期

总编:冯庆山

副总编:张虹

主编:陈金发

强强联手 我院新能源汽车专业建设驶入快车道



2016年11月10日,“中德诺浩——北汽新能源”校企合作论坛在北汽采育国际会议中心隆重举行。在此次论坛上,国内知名的汽车职业教育服务机构中德诺浩与国内名列前茅的新能源汽车生产厂家北汽新能源,共同签署了联合培养新能源汽车高技能人才的战略合作协议。同时,我院与中德诺浩和北汽新能源签署战略合作协议,并被授牌成为高技能人才培养基地,我院将成为全国第一批新能源汽车专业合作建设院校。

中国汽车职业技术教育学会常务副会长兼秘书长刘占山、中国汽车人才研究会执行副理事长兼秘书长朱明荣、中国汽车技术研究中心副主任高和生、北汽新能源总经理、党委书记郑刚、总经理助理兼营销公司副总经理何斌、平台总监张凯与中德诺浩董事长许婕、副总裁楚萌、副总裁吕丕华、我院党委书记冯庆山、副院长桑金歌与来自全国近百所职业院校的约200多位院(校)长及教师代表参加了此次校企合作论坛。

这是中国新能源汽车职业教育史上具有历史意义的时刻,中德诺浩与北汽新能源将在推动新能源汽车职业教育方面展开深度合作。北汽新能源将派出由研发、制造、销售、服务及人力资源部门人员组成的团队,为中德诺浩提供岗位技能需求、技术资料 and 一线销售、维修、服务案例,并参与课程研发、教师培训工作;中德诺浩将集十多年来“将德国汽车职业教育在中国本土化”的经验,不断将企

业需求转化为国际标准的课程体系,并提供从课程资源、教师培训、实训室设计、学术支持、考试考证到就业服务的全链条整体解决方案。并助力我院新能源汽车专业的内涵建设与提升,形成“造血”机能,从而快速实现新能源汽车专业的从无到有、从小到大、从弱到强。

蓬勃发展的中国新能源汽车产业急需大批量的高技能人才,中德诺浩

与北汽新能源的战略合作,适应了时代发展的新需求,在中国新能源汽车人才培养教育史上具有“里程碑”的意义。中德诺浩与我院合作共建新能源汽车专业,走在了全国职业院校的前列。

论坛期间,与会代表们还参观了国家科技部与北京市政府共同建设的北京新能源汽车体验中心和智能化的北汽新能源客户服务中心,并试乘试

驾了北汽新能源最新一代产品,参与了与国内新能源主机厂的第一次“零距离”接触。

我院将加强与中德诺浩、北汽新能源的合作,抓紧建设高质量的新能源汽车专业,尽快培养出大批量的新能源汽车高技能人才,为中国新能源汽车可持续发展奠定坚实的人才基础,为中国汽车产业实现由大到强的“汽车强国梦”做出应有的贡献!



学院党委中心组开展“两学一做”学习教育 11月份集中学习活动的



2016年11月1日下午,我院党委中心组开展了“两学一做”学习教育集中学习活动的。集中学习由院党委书记冯庆山同志主持。他带领大家学习了《中国共产党第十八届中央委员会第六次全体会议公报》和《习近平在纪念红军长征胜利80周年大会上的讲话》。

这次学习是我院党委中心组深入学习贯彻党的十八届六中全会精神的一次专题学习活动。

金秋时节,中国共产党第十八届中央委员会第六次全体会议胜利闭幕。这是在中国共产党成立95周年、红军长征胜利80周年的历史节点,在全面深化改革、决胜全面小康的关键时刻,召开的一次十分重要的会议。全会充分肯定了党的十八届五中全会以来中央政治局的工作,高度评价全面从严治党取得的成就。全会全面分析党的建设面临的形势和任务,系统总结近年来特别是党的十八大以来全面从严治党的理论和实践,就新形势下加强党的建设作出新的重大部署,充分体现了党中央坚定不移推进全面从严治党的坚强决心和历史担当,体现了全党同志的共同心声,对确保党始终成为中国特色社会主义事业的坚强领导力量,对统筹推进“五位一体”总体布局和协调推进“四个全面”战略布局,更好进行具有许多新的历史特点的

伟大斗争、推进党的建设新的伟大工程、推进中国特色社会主义伟大事业,实现中华民族伟大复兴的中国梦,意义重大、影响深远。

治国必先治党,治党务必从严。全面从严治党,是这次全会的鲜明主题。作为一个有8800多万名党员的大党,作为一个在有着13亿多人口的大国长期执政的党,党的建设关系重大、牵动全局。党的十八大以来,我们党先后召开十八届三中全会、五中全会,对全面深化改革、全面依法治国、全面建成小康社会作了部署,这次全会专题研究全面从严治党,这是党中央着眼于“四个全面”战略布局作出的整体设计,是党中央治国理政方略的渐次展开、深度推进。加强和规范党内政治生活、加强党内监督,是新形势下加强党的建设的重要课题,也是推进全面从严治党的重要抓手。严肃党内政治生活是我们党的优良传统和政治优势,也是全面从严治党的基础,党要管党,首先要从党内政治生活管起;从严治党,首先要从党内政治生活严起。党内监督是党的建设的重要内容,也是全面从严治党的重要保证,党的执政地位,决定了党内监督在党和国家各种监督形式中是最基本的、第一位的。

“法与时转则治,治与世宜则有功。”党中央决定这次全会制定准则、修订条例,正是着眼于推进全面从严治党、坚持思想建党和制度治党相结合的一个重大安排。两个文件最鲜明的特点就是继承和创新的有机统一,既深入总结了我们在加强自身建设方面的经验和教训,继承了我们党在长期实践中形成的制度规定,发扬了我们党的优良传统,又全面总结了党的十八大以来党中央推进全面从严治党的生动实践,对全面从严治党的理论和实践创新成果进行了集纳,并深入分析新形势下党的建设面临的新情况新

问题,直面当前党内政治生活和党内监督存在的突出问题,聚焦党员领导干部特别是高级干部这个“关键少数”,形成了新的制度安排,实现了党内政治生活和党内监督制度化、规范化、程序化,为推进全面从严治党、提高党的创造力凝聚力战斗力提供了更加有力的制度保障。

一个国家、一个政党,领导核心至关重要。我们这样的大国、大党,要凝聚全党、团结人民、战胜挑战、破浪前进,保证我们党始终成为坚强有力的马克思主义执政党、始终成为中国特色社会主义的坚强领导力量,党中央、全党必须有一个核心。党的十八大以来,习近平总书记带领全党全军全国各族人民开创了中国特色社会主义伟大事业和党的建设新的伟大工程新局面,在改革发展稳定、内政外交国防、治党治国治军等方面取得了一系列具有重大现实意义和深远历史意义的成就,实现了党和国家事业的继往开来。习近平总书记在新的伟大斗争实践中已经成为党中央的核心、全党的核心。这次全会,正式提出“以习近平同志为核心的党中央

”,反映了全党全军全国各族人民的共同心愿,是党和国家根本利益所在,是坚持和加强党的领导的根本保证,是进行具有许多新的历史特点的伟大斗争、坚持和发展中国特色社会主义伟大事业的迫切需要。这对维护党中央权威、维护党的团结和集中统一领导,对全党全军全国各族人民更好凝聚力量抓住机遇、战胜挑战,对全党团结一心、不忘初心、继续前进,对保证党和国家兴旺发达、长治久安,具有十分重大而深远的意义。

在学习活动过程中,冯庆山同志要求大家一定要深入学习十八届六中全会精神,认真领会实质内容,不断提高认识,落实好“两个责任”,带好队伍,做好工作,齐心协力,大力推进我院改革发展工作进程。

最后,冯庆山同志针对我院统战工作作出重要指示。他要求,要发挥好民主党派和无党派人士的作用,在统战工作中,要坚持好党的民主集中制和发挥好民主党派、无党派人士参政议政意识。冯庆山同志就下一步召开我院统战工作会议作出具体安排部署。



我院成功举办创新课堂教学新模式 ——“对分课堂”分享交流会



2016年11月8日,沧职创新课堂教学模式——“对分课堂”分享交流会,在实训C座二楼报告厅顺利进行。参加这次“对分课堂”分享交流会的有教学副院长桑金歌、党委委员吴忠良、党委委员王志义、工贸学校副校长郎文革、教务处长吴玉亮以及各系部主任、副主任、教学秘书、骨干教师等100余人。桑院长介绍了“对分课堂”的基本情况,强调了举办这项活动的重要意义。

“对分课堂”教学模式是由复旦

大学心理系教授、博士生导师张学新发起的中国原创教学新模式。这种将心理学理论与教学经验有机结合,如何让学生更好地学习,如何更好地融入课堂,调动学生学习的积极性,广泛地应用于教学领域,成为当前教育改革的主流方向。通过这次创新课堂教学模式的分享活动,旨在进一步促进我院的教学改革,推进我院的教学质量不断提升。

“对分课堂”教学模式进行了精彩的讲解。刘主任分别从“对分课堂”的表现形式、讨论过程、应该遵循的基本原则、教学效果以及教学手段等多方面与老师们进行了认真地分享。



最后,吴玉亮处长结合自己的教学课程,谈了自己的亲身体会,鼓励老师们将“对分课堂”运用于自己的课堂。桑院长做了总结性发言,积极肯定了这次“对分课堂”分享交流会,鼓励大家结合自己的课程进行积极尝试。

与会过程中,老师们认真地聆听讲解,认真地记录笔记,积极参与交流。会后老师们纷纷表示要将“对分课堂”的理念运用到自己的教学过程中。本次“对分课堂”分享交流会取得了良好的效果。



2016年11月8号下午,在第三学术报告厅举办了“学宪法讲宪法”活动。本次活动旨在落实教育部、教育厅关于深化2016年教育系统“国家宪法日”学习宣传教育活动的要求,在我院进一步推进宪法教育,使同学们深入了解宪法、尊崇宪法,弘扬宪法精神,增强法制观念。我院马列教学部政治老师王晓婷应邀讲课,组宣部部长王福良主持活动。

活动中,王晓婷老师首先向同学们阐述了我国国家宪法日的来历、设立国家宪法日的目的,以及设立国家宪法日的重大意义。然后结合当前政治形势,列举了实际例子。最后王老师把自己对依法治国、依宪治国的深刻理解和感受与同学们进行了分享。

王福良部长强调,全体同学要以此次讲座为契机,继续加强宪法和其它法律知识的学习,不但要认真学习专业技能,做社会需要的专业人才,还要做懂法、守法的带头人,塑造素质全面的当代大学生形象,为以后进入社会、适应社会、服务社会,实现自我价值打下坚实的基础。

我院全体团总支书记、专职辅导员、2016年新入职教师,和200余名2016级新生代表参加了这次活动。

我院组织召开「学宪法讲宪法」活动

城建系

我系参加河北省第五届“新奔腾杯” BIM 建模应用技能竞赛凯旋归来



河北省第五届“新奔腾杯”BIM建模应用技能竞赛,历经三天角逐,于2016年10月

28日在石家庄铁道大学落下帷幕。城乡建设工程系以工程造价专业三名同学组建沧州职业技术学院代表队参加了本次大赛,取得优异成绩。个人奖项中造价1402班李安娜、尹志凯、赵璇均获二等奖,沧州职业技术学院代表队获专科组团体二等奖。

本项赛事由河北省建设工程造价管理协会、河北省大学生就业创业协会主办,河北新奔腾软件有限公司、石家庄铁道大学、石家庄睿工程造价专业见习实训基地承办。旨在加强工程造价专业人才培养,推动高校工程造

价专业课程改革,促进课程内容与职业标准对接、学历证书与职业资格证书对接,全面提高院校工程造价及相关专业学生的工程造价技能。

本次大赛共有来自全省8所本科院校、14所高职院校、计66名选手参赛,设个人奖项、团体奖项。各参赛选手均是在院校分级选拔基础上,经过2~3个月集中培训,基本掌握了目前行业内应用最为广泛、深受造价业内人士推崇的新奔腾算量与计价软件的应用技能。竞赛内容分为上机BIM建模(4小时)、手工算量(4小时)、工程造价知识竞赛(2小时)三步进行,重点考核学生对工程造价相关知识应用能力与软件操作技能的熟练程度。

通过比赛检验了我们的教学效果,更是我院注重学生全面发展,实施素质教育,努力培养学生的实践能力和综合素质的成果,实践了“知行合一、厚德强技”,为我系专业建设与课程改革起到了极大的促进作用。

城建系通讯部

强化自我监督,构建党内监督体系等重要问题。接着由袁书记向大家介绍《中国共产党党内监督条例》(1)要求遵守党的章程,维护党的统一,坚持党的干部标准。(2)完成党中央和上级党组织部署的任务情况,特别要求上级党组织必须对下级党组织多过问,多提醒,发现问题时及时纠正,(3)领导班子成员发现班子主要负责人存在问题,应当及时向其提出,必要时可以直接向上级党组织报告。

本次集中学习,以从严治党为中心,要求大家以身作则,坚持不忘初心,职位越高,越应严格要求自己,最后要求,从自身做起,从学院做起,为我系明天的辉煌奠定基础。

马俊华

我系开展团学干部培训大会

为了进一步提高学生干部的综合素质和工作能力。我系在11月10日下午4时于教学楼A座307教室召开了团学干部、班团干部培训大会。参与本次大会的有:城建系主任张雪松、城建系党总支书记张世栋;学生会和团总支全体成员,以及各班班委等。

大会开始,首先由张书记强调了会场秩序。接着,张书记祝贺新一届团学干部顺利完成竞聘以及交接工作,告诫同学们学生会与团总支是一个整体,要相互配合。然后提出了以下几点要求:一要求同学们要坚持本心,不要半途而废;二从我做起从点滴做起带动大家;三要诚实,以诚待人要珍惜同学之间的友情。寄语于在座的同学积极行动起来配合好各部部长、辅导员老师完成好自己的任务。接着由张主任提出了要求:一要求大家按时到会,不准请假;二在会议过程中带好笔和本做好记录。并告诫大家要抛去当官的思想明确自己的位置,脚踏实地的做好工作,以身作则必须起到标杆作用,不能做的事情不要去触犯。三以学习为主,其他工作应课下完成不能影响学习等。最后张主任要求各部门要积极完成自己部门的工作加强各部门之间的沟通和联系。

本次大会不仅促进了团学干部工作的统一和分配,而且明确了团学干部各自的职责。相信通过本次大会后团学干部会更具有凝聚力、战斗力,将会更好的完成自己的工作,为城建系贡献自己最大的力量。

张小帅

我系开展“两学一做”系列集中学习

2016年11月9日下午2:00,我系在教学楼A220召开“两学一做”系列集中学习。参加这次集中学习的有党总支书记张世栋,第一支部书记元文斌,第二支部书记兼团总支书记袁金艳以及全体教师党员。

学习开始首先由张书记介绍了《关于新形势下党内政治生活的若干准则》和《中国共产党党内监督条例》并要求着力把握以下原则:

- (1) 党内政治生活的重大作用和历史经验存在的突出问题,面临的形势任务以及新形势下加强和规范党内政治生活的重要性、紧迫性、并提出加强和规范党内政治生活的目标要求
- (2) 加强组织领导和督促检查,高级干部带头示范,确保各项任务落到实处,
- (3) 明确立规目的和依据,阐述党内监督指导思想、基本原则、监督内容、监督对象、监督方式以及

经贸系

团结协作,共创美好班级

众人拾柴火焰高诠释了团结起来力量大。为了加强班级凝聚力,创建团结合作、和谐共处的美好班级形象,同时也为了激励同学们要有较强的集体荣誉感。经贸管理系会计1604班于2016年11月4日11:50在411教室召开了以“团结共进,和谐共处”为主题的班会。

本次班会由班长主持。班会首先由辅导员葛琳老师总结了近期本班的工作管理情况,并从中指出班级管理中好的现象和存在的问题,由此引出了“团结共进,和谐共处”的主题。接着就是班长和大家共享了关于团结与

和谐的小故事,并从中与同学们交流了其中的意义与价值,借此告诫同学们要在有限的大学生活中贡献自己无限的友善,珍惜同学间的友谊,团结共进,和睦共处,从而创建美好班集体。

班会的最后,由班长对此次班会进行了总结,辅导员葛琳老师也对本次班会充满了高度的厚望与期待,并且指出班会呈现出的主题重要性强、同学们参与度高、教育目的性突出,班会取得圆满结果与大家的精心准备和积极配合分不开,希望学生们可以认真体会,用心感悟班会真正的意义。

班会的整个过程,老师严格指导,学生积极配合,师生交流融洽。班会最后由大家合唱《团结就是力量》,伴随着宏伟的气势,班会也取得了圆满成功。此次班会的召开,对我们班级今后的管理起到了促进作用,为同学们更好的团结友爱奠定了良好的基础,也为同学们日后发扬团结奋进、拥有积极进取的精神、创建和谐班级、珍惜美好青春添了精彩的一笔。

经贸系会计1604 岳悦

食品生物工系

我系举办羽毛球比赛



为丰富大学生的课余文化生活,提高大学生的身体素质,进一步增进同学们之间的友谊,2016年11月10号下午四点,我系羽毛球社在教学楼a座举办了一场羽毛球比赛。

我系羽毛球社也为此活动做了充分的准备,从策划到正式开始经过了一星期,以讨论的方式确定了比赛流程、比赛规则以及相关的工作人员及其职责,以保证比赛的公平、公正。另外,社团还准备了精美的获奖礼品,让每位同学能满载而归。

我系学生积极主动报名参加,80余位同学来参加这次

比赛,而更令人激动的是食品系的几位老师也参与其中。本次比赛包括男子单打,女子单打,男女混合双打三项比赛;比赛时间为一周,现场抽签决定比赛对手及出场顺序。今天参加比赛的有10组选手,本着“友谊第一比赛第二”的原则,每位选手斗志昂扬,拼尽全力,展现自己的风采。随后几天里会有更精彩更激烈的比赛供大家欣赏。

也希望每位同学都能积极参加到活动中来,锻炼身体,健康身心,丰富自己大学生的课余生活。

食品系 田雅丽

食品生物工程系组织2016级学生“参观宿舍”

为督促同学们养成良好的卫生习惯,树立公德意识,提高综合素质。我系于2016年11月10日下午四点半开展了“参观H座信息系男生宿舍”活动,参加本次活动的有本系辅导员老师、各班班委以及食品系官微办公室全体成员。

秋风飒爽,宿舍温馨。在辅导员的带领下,我们参观了信息系男生宿舍,同学们都热情的讨论,发现自己的缺点,指出对方的不足。相互交流后扬长避短,都对自己的

不足有了更进一步的认识,更好的改善了宿舍环境。宿舍是我们的家,是我们温暖的港湾,我们都要积极努力的去呵护它。参观结束后,辅导员再次给各班班委开会,强调宿舍卫生的重要性。

本次活动不仅丰富了同学们的课余生活,营造了良好的宿舍生活环境,还加强了同学之间的

合作与交流,拉近了彼此的距离。

食品系 通讯部 刘新杰

我系突击检查学生宿舍安全

为了给同学们营造一个安全、舒适的学习环境,在11月2日晚学生会公寓部全体成员对使用大功率电器进行全面检查。

公寓部全体成员分成几个小组,逐一去每个宿舍进行检查,她她们很有礼貌也很客气,根据查看情况进行点评。好的给予鼓励。对存在安全隐

患的宿舍她们会耐心的指导,检查过程中相处很融洽。

此次检查大功率活动圆满完成,通过此次检查也让我们明白宿舍安全是不容被忽视的,要时刻保证用水用电安全。心中谨记:举安全之盾,防事故之患。

经贸系会计1604 王晓梦

声明

沧州职业技术学院畜牧兽医系牧医1503班学生魏常有,不慎将学生证丢失,声明作废。

2016年11月15日

化工系

成功举办主持人比赛

2016年11月8日晚,化学工程系主持人演讲比赛在教学楼B楼制药1501班举行,比赛由化工系团总支各副部长担任评委;当晚,制药1501班里始终散发着语言的魔力,弥漫着青春的活力,洋溢着自信的风采。

参加此次比赛的共有六人,他们

自信大胆、新颖独特的自我介绍,深深的吸引住了评委。比赛开始阶段,或许是刚上舞台,有的选手难掩紧张,但是他们很好的调整自己的心态,为现场所有的人展现自己的风采,提高评委对其主持的认同感;而选手们的个人主持也是题材各异,尽显其主

持功力;个人才艺表演中,选手们或唱或跳,或弹或说,能力、才气可见一般;每个选手都各有各的风采,引领着我们一起畅游语言的魅力国度。

比赛最后阶段,评委对们参赛选手的整体表现做出中肯的点评,指出了选手们的缺点和不足,鼓励他们再接再厉,以取得更好成绩。

最终比赛圆满落幕,比赛因竞争而精彩,因努力而令人回味。相信这次比赛充分的锻炼了化学工程系的同学们,让他们更为自信的踏上自己的人生之路。
化工通讯组 李盼

为了进一步丰富大学生业余生活,11月1日,化学工程系举办了首届“羽毛球对抗赛”。来自我系各年级的12名同学及三位辅导员老师在三天的比赛中上演了15场精彩的比赛。

赛前,同学们利用课余时间认真训练,不断提高球技,为争取在比赛中取得优异成绩做着积极的准备。此次比赛以年级为单位,采用团体赛制,比赛每场采用五盘三胜制,每盘三局两胜制。比赛中,在体育部、社团部的组织下,各班同学都团结拼搏,服从裁判。坚持友谊第一,比赛第二,并在比赛中赛出风格,充分展现同学们良好的身体素质和奋勇争先、努力拼搏的精神面貌。参加此次比赛的同学和老师,每个人都凭借自己的球技发挥出了最佳水平,在面对强大的对手仍从容不迫,面对对手也没有丝毫退缩,以娴熟的球技击败对手。比赛中裁判员严谨、公正的履行自己的工作职责,为本次比赛的顺利举行和圆满落幕做出了突出的贡献。

有失败,就有成功。观战的老师和同学们为他们加油鼓劲。比赛双方你追我赶,毫不怠慢,队员之间顽强拼搏的精神

感动了在场的每一位,他们用自己的激情和汗水书写着对运动和生活的热爱,充分体现了我系的凝聚力。

经过三天的激烈角逐,大一年级代表队一路披荆斩棘、过关斩将,夺得冠军!大二、大三年级代表队分获二、三名。赛后郑主任、李书记、孙主任分别为冠、亚、季军颁奖。郑主任在比赛结束后说:“名次不是最重要,重要的是在这次比赛中成长了多少!”最后,所有参加比赛的全体人员拍照留念,为这次比赛画下了一个完美的句号。

通过举办此次比赛,丰富了同学们的课余时间,为同学们提供了锻炼的机会,增加了同学们对羽毛球运动的认识,增强了各届学生之间的交流,增进了同学之间的友谊,更能通过比赛展现我系学生积极向上、努力拼搏、不断进取的精神风貌。
化工通讯组 李玉娟

我系举办羽毛球比赛

我系承办“专接本”主题讲座

为树立广大学生终生学习理念,拓宽学生成长、成才通道,搭建本、专科教育有序衔接、相互促进的人才培养立交桥,学院于11月10日下午在化学工程系A206教室举行了“专接本”知识讲座,并邀请李老师主讲。

讲座中,李老师从专接本招生政策最新动态,文化课、专业课学习完全解决方案,专接本与高考的区别,接本、就业如何抉择,如何一次成功接本,如何报考本科院校、选择专业、填报志愿、跨专业报考,各院校、各专业近年来录取分数线等几个方面进行了深度解析。

第一:2016年专接本考试到底有哪些政策改革了,考试大纲变了多少?

第二:专接本报名条件、方式、时间、及报名资格审核、现场确认、

缴费及指纹采集的相关内容。

第三:接本考试内容、时间、地点;同学们都知道专接本考试分为公共课和专业课两部分,但是怎么考,考试地点怎么分配等问题还是不清楚,在本次讲座中会一一为同学解答。

第四:专接本选拔录取的规定;有好多同学问专接本录取分数线是多少?专业课的具体录取分数是多少?专接本的具体录取原则是怎么安排的,是不是接本校专业的会优先录取?其实2016年专接本录取原则首先是看总分

线,进行整合排名录取,对于专业的具体录取分数也有要求,更没有对于接本校专业的考生有优先录取原则,所以同学们还是脚踏实地的复习才是正道。同学们都认真的听着李老师的讲话。讲座结束后,同学们进行了现场咨询,场面热烈。

本次讲座的开展,为学生开拓了视野,指明了进一步深造学习的方向,同学们感到受益匪浅,许多同学表示要把握时机,努力学习,进一步提升自己,为将来的发展打开更大的空间。

化工通讯组 李玉娟

畜牧兽医系篮球比赛圆满落幕

为丰富大学生课余生活,增强团队精神和群众凝聚力,展现大学生积极向上风貌,沧州职业技术学院牧医系篮球赛于2016年11月9日在篮球场如期开展。

比赛前队员们个个激情满怀,用心做好准备。比赛伊始,队员迅速投入比赛,个个雄姿英发,在场上你争我夺,一轮轮地抢球,投篮动作潇洒,每个动作争锋相对,帅气利落。双方争夺异常激烈。比赛进行地如火如荼,双方队员都情绪高涨。全场队员都发挥出了全部的本领,他们闪电般的速度,准确的抢断,犀利的突破,花式的动作一次又一次地引爆了现场的气氛,全场的欢呼声一波之后一波。观众激情四射,现场的气氛十分活跃。每场比赛都高潮迭起,令人惊心动魄。

此次比赛的成功举办,不仅仅丰富了同学们的课余生活,增进大家对体育锻炼的兴趣,更重要的是在比赛中加强了同学间的交流与联系,增进了大家的友谊,更能透过比赛展现我校学生用心向

上、努力拼搏、不断进取的精神风貌。本次比赛取得的良好效果,得到了老师和同学们的好评。
牧医系 刘冬



机械系

党支部开展“两学一做”活动

10月25日下午,在教学A楼419教室,机械系党支部进行“两学一做”学习教育活动。为了深入学习宣传贯彻习近平总书记系列重要讲话精神,坚持学原著、读原文、悟原理,把讲话精神学深悟透,做到学而信、学而用、学而行。系党支部书记张良军为全体党员

上党课。

张良军书记讲授的题目是《实现中华民族伟大复兴的必由之路——关于坚持和发展中国特色社会主义》。张书记深入讲授了中国特色社会主义是历史的结论、人民的选择,中国特色社会主义由道路、理论体系、制度三位

一体构成,中国特色社会主义是社会主义而不是其他什么主义,等习总书记关于实现中华民族伟大复兴的必由之路讲话的重要精神。

通过这次学习,支部全体党员表示上了一堂生动的党课,取得了很好的学习效果。机械系党支部严格按照上级党组织要求,落实“四有一审”学习制度,通过不断加强学习,使学习教育活动健康有序进行。

机械工程系 杨乐

我系党支部开展“两学一做”集中学习

11月1日下午,在教学A楼419,我系党支部进行“两学一做”集中学习教育活动,机械系全体党员参加了这次会议。

这次活动集中学习了《中国共产党第十八届中央委员会第六次全体会议公报》和《习近平在纪念红军长征胜利80周年大会上的讲话》,通过学习全会精神,认识到了全面从严治党取得的成就,分析了面临的形势和任务。认为办好中国的事情,关键在党,关键在党要管党、从严治党。党要管党必须从党内政治生活管起,从严治党必须

从党内政治生活严起。通过学习《习近平在纪念红军长征胜利80周年大会上的讲话》,我们一定要保持理想信念坚定,不论时代如何变化,不论条件如何变化,都风雨如磐不动摇,自觉做共产主义远大理想和中国特色社会主义共同理想的坚定信仰者、忠实实践者,永远为了真理而斗争,永远为了理想而斗争。

为把“两学一做”学习教育活动引向深入,机械系党支部不断丰富学习形式和学习内容,确保把支部学习抓到实处。
机械工程系 杨乐

青春激昂 放飞梦想,为了使我系学习汽车专业的大一新生,对汽车市场的发展和未来以后的就业前景有更多的了解,2016年11月9日在我系张书记和团总支杨书记的邀请下,我系13级优秀毕业生吴刚和黄凌羽回到母校在A座515同16级新生进行了亲切的交流。

交流会上,两位学哥学姐先做了简单的自我介绍,然后便开始了精彩的讲解。吴刚学长首先对加入机械工程的16级新生表示热烈的欢迎,并衷心的希望同学们在今后的日子里努力拼搏、积极进取,让机械工程系散发出灿烂的光芒。

随后,吴刚学长结合了自己三年的大学亲身体会与大家交流了思想、学习、工作实践、和生活等方面的感受,言辞之间始终洋溢着对机械工程系深深的眷恋和热爱之情,回忆母校对自己的教育,老师对自己的关怀。紧接着,黄凌羽学姐讲解了自己毕业后在公司增长的见识和获得的经验,并强调大家利用课余时间多看一些课外书,对自己所学的专业有进一步的了解和认知。接着,同学们把自己在学习和生活中遇到的问题向学哥学姐进行了交流,两位学哥学姐也耐心的给大家指点方法,解除迷惑,学哥学姐风趣幽默、通俗易懂的讲解赢得了同学们的阵阵掌声,最后,此次交流大会在大家欢声笑语的交谈中落下帷幕。

通过此次交流大会,增加了同学们的学习方法和经验,对今后的发展也有了更多的认知,既指导了大家的方法又鼓足了学生积极拼搏的干劲,相信同学们会更加努力地去为自己的大学梦去奋斗,也相信机械工程系的明天也会越来越好!

机械工程系宣传部 杨海瑞

我系举办主持人大赛

弘扬个性 展现风采,为了培养同学们的语言表达能力,丰富大学校园生活,由我系社团部组织举办的主持人大赛,于2016年11月9日晚上七点在A座415举办,我系大部分同学参加了此次比赛。

大赛分为自我介绍、语言叙述能力和即兴表演三个环节,同学们上台后都难掩紧张,但是他们很快地调整好自己的状态,他们临场发挥、妙趣横发、精彩不断,整个现场都散发着语

言的魅力、飞扬着自信的笑容、洋溢着青春的活力,同学们的精彩表演赢得了台下观众的阵阵喝彩,最后本次大赛在同学们热烈的掌声中落下帷幕。

此次大赛,充分展现了我系莘莘学子们的风采,提高了自身的实践能力,促进了我系学生德智体美劳的全面发展,为同学们今后的发展和机械工程系的建设奠定了一定的基础!

机械工程系宣传部 杨海瑞

我系举办优秀毕业生座谈交流会

针对不同购买行为的营销策略分析

路大勇 张艳杰



1. 消费者需求

消费者购买商品主要会考虑:

- (1) 产品的质量
- (2) 售后服务,其现在在产品质量都差不多,然而大部分消费者买的是服务,即售后服务,所以售后服务质量好坏占不小的比重,除非我们的产品质量做得特别好。
- (3) 前两点满足了之后那就是产品的外观,因为消费者有这个需求点。
- (4) 品牌的影响力,因为在中国人们都有一种从众的心里。

2 影响消费者购买行为的内在因素

影响消费者购买行为的内在因素很多,在此主要分析影响消费者购买的心理因素。消费者心理是消费者在满足需要活动中的思想意识,它支配着消费者的购买行为。影响消费者购买的心理因素有动机、感受、态度、学习。

2.1 动机

需要是人们对于某种事物的要求或欲望。需要产生动机,消费者购买动机是消费者内在需要与外界刺激相结合使主体产生一种动力而形成的。

动机是为了使个人需要满足的一种驱动和冲动。消费者购买动机是指消费者为了满足某种需要,产生购买商品的欲望和意念。购买动机可分为两类:

2.1.1、生理性购买动机。生理性购买动机指由人们因生理需要而产生的购买动机,如饥思食、渴思饮、寒思衣,又称本能动机。

2.1.2、心理性购买动机。心理性购买动机是指人们由于心理需要而产生的购买动机。根据对人们心理活动的研究,可将心理动机归纳为以下三类:感情动机。指由于个人的情绪和情感心理方面的因素而引起的购买动机。理智动机。指建立在商品的客观认识的基础上,经过充分的分析比较后产生的购买动机。惠顾动机。指对特定的商品或特定的商店产生特殊的信任和偏好而形成的习惯重复光顾的购买动机。

人们的购买动机不同,购买行为必然是多样的、多变的。要求企业营销深入细致地分析消费者的各种需求和动机,针对不同的需求层次和购买动机设计不同的产品和服务,制定有效的营销策略,获得营销成功。

2.2 感受

消费者购买如何行动,还要看他对外界刺激物或情境的反映,这就是感受对消

费者购买行为的影响。感受指的是人们的感受和知觉。

所谓感觉,就是人们通过感官对外界的刺激物或情境的反应或印象。随着感觉的深入,各种感觉到的信息在头脑中被联系起来进行初步的分析综合,形成对刺激物或情境的整体反映,就是知觉。分析感受对消费者购买影响目的是要求企业营销掌握这一

规律,充分利用企业营销策略,引起消费者的注意,加深消费者的记忆,影响其购买。

2.3 态度

态度通常指个人对事物所持有的喜欢与否的评价、情感上的感受和行动倾向。作为消费者态度对消费者的购买行为有着很大的影响。

消费者态度来源于:与商品的直接接触;受他人直接、间接的影响;家庭教育与本人经历。消费者态度包含信念、情感和意向,它们对购买行为都有各自的影响作用。

研究消费者态度的目的在于企业充分利用营销策略,让消费者了解企业的商品,帮助消费者建立对本企业的正确信念,培养对企业商品和服务的情感,让本企业产品和服务尽可能适应消费者的意向,使消费者的态度向着企业的方面转变。

2.4 学习

学习是指由于经验引起的个人行为的变化。即消费者在购买和使用商品的实践中,逐步获得和积累经验,并根据经验调整自己购买行为的过程。学习是通过驱策力、刺激物、提示物、反应和强化的相互影响、相互作用而进行的。

企业营销要注重消费者购买行为中“学习”这一因素的作用,通过各种途径给消费者提供信息,如重复广告,目的是达到加强诱因,激发驱策力,将人们的驱策力激发到马上行动的地步。同时,企业商品和提供服务要始终保持优质,消费者才有可能通过学习建立起对企业品牌的偏爱,形成其购买本企业商品的习惯。

3 影响消费者购买的外在因素

3.1 相关群体

相关群体是指那些影响人们的看法、意见、兴趣和观念的个人或集体。研究消费者行为可以把相关群体分为两类:参与群体与非所属群体。

参与群体是指消费者置身于其中的群体。

非所属群体是指消费者置身之外,但对购买有影响的群体。

3.2 社会阶层

社会阶层是指一个社会按照其社会准则将其成员划分为相对稳定的不同层次。

企业营销要关注本国的社会阶层划分

情况,针对不同的社会阶层爱好要求,通过适当的信息传播方式,在适当的地点,运用适当的销售方式,提供适当的产品和服务。

3.3 家庭状况

一家一户组成了购买单位,在企业营销中应关注家庭对购买行为的重要影响。研究家庭中不同购买角色的作用,使决策者了解商品,建立购买信心,使购买者购置方便。研究家庭生命周期对消费购买的影响,企业营销可以根据不同的家庭生命周期阶段的实践需要,开发产品和提供服务。

3.4 社会文化状况

每个消费者都是社会的一员,其购买行为必然受到社会文化因素的影响,文化因素有时对消费者购买行为起着决定性的作用。企业营销必须予以充分的关注。

4 针对不同购买行为策略

4.1 调查不同顾客购买行为

复杂的购买行为。如果消费者属于高度参与,并且了解现有各品牌、品种和规格之间具有的显著差异,则会产生复杂的购买行为。复杂的购买行为指消费者购买决策过程完整,要经历大量的信息收集、全面的产品评估、慎重的购买决策和认真的购后评价等各个阶段。

减少失调感的购买行为。是指消费者并不广泛收集产品信息,并不精心挑选品牌,购买决策过程迅速而简单,但是在购买以后会认为自己所买产品具有某些缺陷或其他同类产品有更多的优点,进而产生失调感,怀疑原先购买决策的正确性。

寻求多样化的购买行为。指消费者购买产品有很大的随意性,并不深入收集信息和评估就比较就决定购买某一品牌,在消费时才加以评估,但是在下次购买时又转换其他品牌。转换的原因是厌倦原口味或想试试新口味,是寻求产品的多样性而不一定有不满意之处。

习惯性的购买行为。指消费者并未深入收集信息和评估品牌,只是习惯于购买自己熟悉的品牌,在购买后可能评价也可能不评价产品。

4.2 针对不同购买行为实施策略

4.2.1 针对复杂性购买的营销策略:

(1) 制作产品说明书,帮助消费者及时全面了解本企业产品知识,产品优势及同类其它产品的状况,增强消费者对本企业产品的信心。

(2) 实行灵活的定价策略。

(3) 加大广告力度,创名牌产品。

(4) 运用人员推销,聘请训练有素,专业知识丰富的推销员推销产品,简化购买过程。

(5) 实行售后跟踪服务策略,加大企业与消费者之间的亲和力。

4.2.2 针对减少顾客购买失调感的营销策略

(1) 价格公道、真诚服务、创名牌,树立企业良好形象。

(2) 选择最佳的销售地点。即与竞争对手同处一地,便于消费者选购。

(3) 采用人员推销策略,及时向消费者介绍产品的优势,化解消费者心中的疑虑,消除消费者的失落感。

4.2.3 针对寻求多样化购买的顾客的营销策略

(1) 采取多品牌策略,突出各种品牌的优势。多品牌决策是指企业在相同产品类别中同时为一种产品设计两种或两种以上互相竞争的品牌决策。此策略为宝洁公司首创,今天宝洁公司的洗发用品品牌众多,如飘柔、海飞丝、潘婷等。飘柔突出优势是柔顺头发,海飞丝突出优势是去头屑,潘婷是护理、营养头发。宝洁公司凭借强大的企业实力,多方位的广告宣传,使其品牌深入到消费者心中,创造了骄人业绩。

(2) 价格拉开档次。

(3) 占据有利的货架位置,扩大本企业产品的货架面积,保证供应。

(4) 加大广告投入,树立品牌形象,使消费者形成习惯性购买行为。

4.2.4 针对习惯性购买的顾客的营销策略

(1) 产品改良,突出品牌效应。即增加产品新的用途与功能,保质保量,创立名牌。

(2) 价格优惠。

(3) 在居民区和人口流动性大的地区广设销售网点,使消费者随时随地购买。

(4) 加大促销力度。利用销售促进吸引新顾客,回报老顾客;在广告宣传上力争简洁明快,突出视觉符号与视觉形象。如生产绿茶的企业可以针对消费者绿色减肥,补充微量元素的心理特征,在广告宣传上突出绿茶的减肥功效,促销绿茶。

小结

消费者市场是消费品生产经营企业市场营销活动的出发点和归宿点,也最终决定着工业品生产经营企业的市场需求水平。各类企业特别是消费品的生产经营企业要充分满足消费者需求、提高市场营销效益、实现企业发展的愿景,就必须深入研究消费者市场和消费者购买行为的规律性,并据此进行市场细分和目标市场选择,有目标的制定市场营销策略。



大学与青春

造价 1601 李瑾

在众人的生命中,这是第一次至关重要的汇合;大学和青春,之所以重要是因为,在青春和大学面前,人人平等。而在平等面前又开始新一轮的更具影响的角逐。即使你不在意,生命已在不知不觉的剥夺掉你最重要的时光。

大学和青春是何等的重要!大学中的青春更是何等的重要!大学是一个栽培普遍性理念的地方,是一个构建思维方式和生活哲学的乐园,是“囊括大典网罗众家之学府地”。他所倡导的一些基本理念,如公平,平等,自由,理想是对人生永久价值观的秉持。青春的介入,使得大学更愈发风采和魅力,成为了让人心旷神怡,为之膜拜的耶路撒冷。而短暂的三年,甚至能承载整个命运的重量。

我们不禁要问:大学应该怎样过,大学中的

青春应怎样舞动。这让我们不禁想起这样的豪迈:一个人的生命是应该这样度过的/当他回首往事的时候/它不会因虚度年华而后悔/也不会因碌碌无为而羞耻/这样在临死的时候/它能够说:“我的生命和全部的经历都献给世界上最壮丽的事业——为人类的解放而斗争。”

当然,如今的大学和青春不属于奉献的时代,但是,当中对于生命的珍惜和热情仍然能撼动我们心灵最深处,对待青春,尤其是大学中的青春更应该多一份审慎,多一份责任,多一份创造,而不是恣意放纵,随波逐流。审慎,是对于大学与青春的敬畏与思考,“做有意义的事情”,责任,是对于社会责任和历史责任的担当和传承,并把此转化为美好,信任,尊严,

尊重,怜悯等理解与践行;创造是对于历史的批判和对于现在的构建,也不用把创造想的太过于高远,5*#,这是最实用的创造。

现实和理想之间的冲突,成为我们大学生生活中永恒的主题。这是一个藐视理想的年代,而对于自己的理想却要敬畏和执着。大学所教会我们的是,站在一定的高度,论证我们理想的合理性,并学会利用社会资源为自己的理想加力填材,获得更广的动力。

多元价值观的时代,青春却只有一种价值观,那就是挥动青春,有力地挥动,使劲的挥动。我们青春充其量不能是自我发育的植物青春。我们的青春不要像林黛玉式的悲戚,也不要楚王项羽式的沽名鲁莽,更不要“忍把浮名,换了浅斟低唱”式的消极放纵。

青春应该这样,大学应该怎样,就像Google前全球副总裁李开复说的那样,“给自己一个远大的前程和目标,记得尝尝仰望天空。记住仰望天空的时候也看看脚下。”

哥顿说,真正的大学,永远在未来,而我们要以青春和责任的名义说,真正的大学和青春,永远是在当下。

如果说人生是一本书,那么,拥有青春的日子便是书中最美丽的彩页;如果说人生是一出戏,那么,拥有青春的日子便是最精彩一幕;如果说人生是一次从降生到死亡的特别旅行,那么,拥有青春,我们便可以看到沿途最美的风景。

人生十五六七,多么美好的花季雨季!我们不再顽皮,而是学会了做一个稳重的自己,我们不再想像小孩子一样娇气,而是学会了做一个能忍受承受的自己。我们不再为了一个布娃娃而哭泣,也不再为了一点点小事而伤心,拥有青春的日子里,我们都学会了勇气,也学会了如何去爱。

我们长大了,可不知从什么时候起学会了沉默和忧郁,我们常会一个人坐在窗前望着远处的高楼与那蔚蓝的天,回想发生在我们身边或是精彩或是平淡的一幕幕,回想自己的过去,在我们烦恼时,或许可以一整天不和别人说一句话,我们似乎感到了成年人所特有的落寞与伤感。我们只思考与缅怀,在感受青春带给我们的一点点苦涩。

十五六七岁的我们,崇拜流行歌手的潇洒,也欣赏摇滚歌手的疯狂;我们喜欢达芬奇作品中事物的形象逼真,也赞美毕加索的抽象大作;我们对世界上不平事感到愤慨,也为人间的一点点真情而感动;我们曾为林黛玉的悲惨命运在寒夜中默默流泪,也为至情至爱的席慕容所沉醉,年轻的我们也许就是这样;心中充满激情但也不时流露出丝丝沉稳,活跃中隐含着一点点多愁善感。

你是否真正了解“海内存知己,天涯若比邻”?是否也渴望几句真诚温馨的话语,人生十五六七,多么美好的岁月,让我们都来珍惜,拥有青春的日子,我们不要让它茫然与无知中逝去!

青春与我们同行

建安 1601 宋宇航

梦想始于足下

城建系 陈蕊

生活的最好的人,不是寿命最长的人,而是能感受生活的人。除了你没有走进理想的大学。除了你没有把握一次几乎成功的爱情,除了你心中那份虚荣于骄傲,你对生活究竟有多少正确的感受?生活究竟给过你多少真正的重荷于不平呢?没有!只因为在当代的中国,在我们这个文盲、半文盲数以亿记的过度里,大学生既被社

会过高的期待,也过高的期待着社会,只因为我们不能正确的估计自己,也不能正确认识社会。那种求平淡的心态,仍是不思进取的心态。

不再回头的,不只是那古老的辰光,也不只是那些个夜晚的星群和月亮,还有我们的青春在流逝着,我们要做的只有努力,梦想始于足下!

平平淡淡是最真,说到底不就是自甘平庸,自甘无为吗?曾几何时,我们这些带着中学色彩梦走进大学校门的莘莘学子们也在高喊着:平平淡淡是最真。且有人认为“与世无争,恬淡一生”便可无忧无虑生存,颇有要把老庄的“无为”思想发扬广大之势。是什么是我们丰富的校园生活渐退了缤纷的色彩呢?又是什么使我们真实的熔浆凝固,不在有来自内心深处的热血沸腾呢?是因为我们没有走进梦想中的象牙塔?是因为我们未走出自我困惑的地带?还是因为我们的心的不在年轻。确实把一切都看得平淡了呢?不!都不是!主宰世界的是你,放弃世界的仍然是你。

让青春绽放光彩

——城建系大一学生专版



写给我们叛逆的青春

城建系 丁俊爱

十二年的寒窗苦读,十二载的披荆斩棘,承载着太多的梦想和追求,欢乐与痛苦,经历过磨难,时间的洗礼,怀着期盼的心,踏着希望的音符,来到了曾经梦想中的大学。

“有些诗写给昨日和明日,有些诗写给爱恋,有些诗写给从未未曾谋面,但是在日落之前也从未放弃过的理想”,而我,则想写给我如诗的青春——我的大学。

青春只有一闪而已,这一闪,指的是一种过程,就像流星划过苍穹,尽管如此绚丽,一闪,便消失了;青春一闪,还指一种力量,就像一把锐利的斧头,劈开了童年的稚嫩,新展现出来的,是青春的成熟。

青春,被这个年纪的我们诠释得有些热烈和狂躁。我们用每一天短暂不短暂、漫长不漫长的时间挥霍我们的青春年华。岁月的年轮自以为是地一圈圈按原速度继续着遥远的轨迹,所以,不知不觉大学时光就这样子挥挥手离我而去了。

在大学,那里有我们曾经幼稚的青春;青春里,有与自己携手共度的死党,我们形影不离,一起叙说着自己的青春梦想或追热播电视剧男神;青春里,有与自己一同泡图书馆的人儿,我们遨游于书海,一起探讨知识的奥秘;青春里,有与自己一同致力于志愿服务的“傻瓜”,我们相互支持,一起行走于需要志愿者的地方。

有人说,青春应该是活力四射的。而我对青春的理解,却在点滴忧伤点滴欢乐中懂得。现在的我,并没有抱怨在如此美好的季节里命运给我的坎坷,更多时候我在想,每个人都有属于自己的青春,它可能是快乐的,但也不可能充满忧伤。只是在天高气爽抑或狂风骤雨过后,我们都需要以一种更加坦然更加谦卑的姿态,去做一个比之前更坚强,更勇敢,更乐观的自己。

我的青春因为坎坷才更加充满希望,而我的大学,会因为我的成长变得更加辉煌。

我的大学期 我的青春

建工 1601 闫帅

大多数人都看你飞的高不高,很少人在意你飞的累不累,所以做该做的事,走该走的路。不退缩,不动摇,无论再难也要告诉自己再坚持一下我的大学。因为坚持,所以不悔。因为青春依然,所以梦圆大学。

有人说平凡的大学生有着相同的平凡,而不平凡的大学生却有着各自的辉煌。在我看来,大学我的大学我的梦想将在这里起航,我的青春将在这里奏响最动人的乐章。

还记得第一次翻开那金黄色的大学生录取通知书时,眼睛里有泪花在涌动,我知道这泪水不是咸的而是甜的,而是苦尽甘来的。犹记得离开家,来到学校那天我一个人拿着行李,坐上了长途汽车,和那片熟悉的故土挥手告别。看着车窗外的景色白色的阳光灰色的天空。仿佛正与我此时的心情相呼应,远离那熟悉的小镇。独自一个人将要去一个陌生的城市生活,心里是不舍的毕竟阔别了那环绕了我十九年记忆的地方。远离了朝夕相处的亲人以及那些熟悉的朋友。还记得上大学的第一节课,辅导员说过这样一句话,大学只是我们人生的起点,而不是终点,所以处于起点的我们只有竭尽全力的奔路,才能更接近成功的彼岸。

最后只能鼓励自己不要为落叶伤感,为春雨掉泪也不要满不在乎的挥退夏日的艳阳。让残冬的雪来装饰自己的面纱。岁月可使皮肤起皱而失去热情则是灵魂。拿出尝试的勇气,拿出热情。如果大学四年毕业时,让我再为大学生活感慨。希望不是一些消极悲观的词语。希望再回首,我们没有平淡。我的青春,青春依然,大学不悔。



让青春绽放光彩

建工 1601 杨婷婷

当星星还在夜幕中玩耍时,黎明以悄然而至,当乌云还在飘飘然时,阳光已经洒下黄金;当我们还在无止境地嬉笑玩耍时,年龄已悄然增长,就这样还没来得及和童年说再见,我们已经踏上了青春的列车,我们一群“不知愁,滋味”的懵懵懂懂的少年,开始了我们的青春。不知倦怠地属于我们自己的密码在时空中写下故事,在乐谱中留下音符。

青春,我们多梦想。

青春的我们,小小志高,梦想着踏上异国的土地,领略迥异的风土人情;盼望着文坛上的托尔斯泰、雨果、科学上的牛顿、居里夫人、音乐上的贝多芬、莫扎特,青春的我们有着无数的梦想,当一个幻想破灭时,另一个又再冉升起时,永远生生不息。

青春,我们浪漫。

青春的我们,会独自登上顶峰,体会“一览众山小”的豪情,会一步步踏上台阶,认识“人往高处走”的人生哲理,青春的我们,会对着悠悠夜轻吟“明月几时有,把酒问青天”;青春的我们,会找一条僻静的小溪,细细体会垂钓人生;青春的我们,浪漫如丝,如雾,如雨,如风,悠柔的绽放浪漫。

青春,我们迷惘。

青春的我们,有时候烦躁不安,心情恶劣,只会仰天长啸,最后疑心自己是否冒天下之大不韪,青春的我们,有时会躺在草地上,望着无尽的天空思索,生活是什么?我们在干什么?有太多的“什么”与“为什么”;青春的我们在生活不解时,会在马路上无尽地徘徊游荡,似乎是寻找失落的自我;青春的我们……一半清醒一半梦。

青春,我们奋进。

半工半读是种什么样的状况

营销 1401 于晖

在工作时要面对繁重的工作,还要面对形形色色的人或事时,你会不会有压力呢?有人会被压力击垮,还有人会顶着压力工作着,压力有好有坏,它是我们崩溃的来源,也是立即我们前进的动力。

下决心半工半读你将面对什么?

最难的是当别人在玩你在学习。需要你牺牲大部分休息时间,晚上上课,周末选择

外出打工,牺牲运动与社交的时间。自己会感觉像是位孤家寡人别人在 happy 你在赶论文,别人在朋友圈晒幸福,你在读书吃泡面。朋友不得不拒绝……

你会想为什么别人活得更好?

最难的是上班睡眠不足。白天要全心工作,晚上要兼顾学习,应付考试,人常会处于睡眠不足的状态,上司可能会怪罪你为什

么平常不留下来加班,同事会白眼,你凭什么你能准时下班,我行我素!有时实在推脱不了的出差,结果周末回来把自己锁在房里拼命敲键盘赶进度。你会想为什么活得这么累?

最难的是看不到立刻的成果。你预想不到未来,所以犹豫、迷茫!万一真用不到那不是白费力气?

你会想还要不要坚持?

你开始佩服自己的毅力,开始建立自信,开始觉得自己的自控能力越来越好。不断说服自己认可当初的决定。开始变的坚定!自己所做的一切只是想有个更精彩未来!

如果你有勇气面对,开始利用你空闲时间去改变命运,只有经历风雨才能迎来人生的彩虹,只有经历苦才能迎接幸福!

只闻花香,不谈悲喜,喝茶读书,不争朝夕的生活是我向往的。但人却不能碌碌无为还安慰自己平凡可贵,随着年龄的增长我渐渐开始注意到了工作带给我的压力。

我现在还是一名大学生的可能社会和人际关系了解的不多,可我知道总有一天我会走上工作的道路。我现在的学习的是幼师专业。一直都觉得我是一个有爱心乐观开朗的人,每当我想到毕业之后要工作就难免有一些心慌和迷茫,一种来自工作的压力着实像一块大石头向我砸来,时而担心自己找不到好的工作,时而幻想着自己工作后的生活,幻想夹杂着不安,夹杂着对未来的憧憬。这种压力充实着我的大学生活让我不由自主的有了一种上进的动力。

不论是老师,还是家长,都说“有了压力才有动力”。我们常常会去思考,将来自己会成为怎样的人。试想,如果自己成为了一名教师,会给自己学生同样的压力吗?但愿不会,因为时代在发展,社会文明在进步,我们的教育、教学也会如此。曾经,都以为清华北大是举手便可摘之。今日,一张张的试卷,一道道习题。压力让“气喘吁吁”的我们知道了那只不过是一个美丽而易碎的梦。记得在小学时,老师就曾经说过“考一中比考北大要难很多”“世界越来越透明,你们的担子不小不轻啊”。这一句句有形的活变成了无形的压力促使着我

所谓不想当将军的士兵不是一个好士兵。作为大学生的我们如果能正常的处理工作带给我的压力,会让我们有一种向上的动力,让我们在大学生活中不让提升自己,为将来工作做好准备,达到生活的双赢。

工作对学生的压力

学前 1501 王丹丹

『工作』一词给你多大压力

学前教育 1501 张禹

时下“压力”一词很时髦,经常成为人们谈论的话题。孩子的学习压力太大,影响他们的健康成长;白领的工作压力很大,影响他们的身心健康;领导者的压力也难以承受,影响其领导能力的发挥等等。

事实上,压力本身并不是一个负面的词汇。很多心理学的实验证明,压力也有积极作用。一个人在一定的压力范围内,他的工作业绩与压力是正相关的。当压力超过一个人的能力限度时,就出现相反的情况。这时,工作压力就给人们的身心健康、工作表现等带来的负面影响,表现出担心、紧张、害怕、忧郁、悲伤、易怒等情绪。

当我们对一项工作感到压力过大时,就要仔细分析完成这项工作所需要的所有资源和技能,哪些关键成分是压力的主要来源。在明确工作压力来源的基础上,我们还要评估工作压力对自身的影响以及这种影响会有多大,持续多长时间,目前的影响处于什么时期等,在明确的基础上积极寻找解决的方法。在很多情况下,我们不知道压力的来源,不明确,不确定感反而会加重我们的压力感。

建立健康的生活方式本身可以缓解或减少工作压力。在此要注意有规律的锻炼身体,保持规律的作息时间,平衡的饮食结构,改变生活中的不良行为习惯,减少不良的应对方式,改变生活,工作节奏,拿出时间来放松和娱乐。

在百忙之中,要留出时间让自己进行必要的思考。重新认识与评估自己生命中最有价值的东西,明确今后生活目标,通过思考,使自己获得心智的成长,提高应对工作压力的能力。

工作就是长时间内做重复的工动作,通过工作来产生价值,通过工作获取一些物质,通过工作来寻找生活的目标。然而,在这个 21 世纪,想找个工作容易,找个好工作,却不容易,作为这个时代的年轻人真是倍感压力。

工作找不到,食物找不到。确定工作的真的很重要,但是有多少人是在开开心心的工作呢?家人的期许,上司的压榨,工作的繁琐,压的人喘不过气。转念一想,生活不就是这样吗,反反复复,当然想要,解决你紧张的情绪,只能靠自己调节。

一个人的工作是他亲手制成的雕像是美丽还是丑恶,可爱还是可憎,都是由他一手造成的,迥一个人的一举一动,无论是写一封信出



积极面对压力

学前 1501 薛丽

作为一位即将升到二大的学生来说,同样意味着我离社会,离工作又进了一步,现在社

会为了生存,为了发展,人们已经无法避免压力的出现,为了达到自己的期望的目标承受着生活、家庭带来的巨大压力。头疼失眠心神不宁你都有压力造成的问题频繁出现也发生在每个人身上。我们无法彻底避免压力的产生,毕竟我们是社会人,但是我们要学会尽量减少压力所导致的消极影响,让自己学会放松,更快乐的生活。

现在的我们可以想象几年之后我们进入职场,可能会对职场氛围不适应,社会是一个完全陌生的环境,当习惯用学生的思维看待一切的时候,毕业后往往会很无奈与陌生,可是我们必须经历从学生转变为社会人的蜕变,对

于有些人来说,这样的改变会很容易,对有些人来说却是一种很难的迈过去的坎。

面对工作的种种压力,我们无法避免,重要的是学会正视压力,用积极的心态看待压力,让压力成为自己前行的动力,一旦自己承受各种压力,一定要学会用正确的方法缓解它,而不是让压力不断膨胀,最终压垮自己。

刚进入社会的我们,一定要调整好自己的心态,面对压力,就想办法缓解,多休息,练瑜伽,让自己心静下来和朋友在一起去旅行,多交谈,阅读安静的阅读能够获得知识,同时使自己的头脑冷静下来。多笑,爱笑的人心态也是健康的,用笑,缓解压力。锻炼,选择自己喜欢的运动,每天锻炼,让自己充满活力。

拥有积极的心态,要生活就要承受各种琐事带来的压力。拥有积极的心态,乐观的面对生活,寻找生活中最美的事物,让压力,远离自己。

压力等于动力

学前 1501 孙新春

工作压力,对于任何一个大学生来说,“工作”一词仿佛时时刻刻都困扰在我们身边,这个词究竟会给你多大压力呢?

大学教育的最终目的是使大学生资源得到充分的利用。大学生的就业选择成功与否、合适与否,不但影响其工作的积极性,更对大学生的职业生涯规划 and 人生发展产生重要的影响。高校充分认识到职业指导在促进大学生就业工作中的重要作用,注重人才培养质量和就业市场需求的结合,将职业指导贯穿于高校教书育人的各个环节中,帮助大学生做好职业生涯规划。

引导大学生正确做出职业选择这无疑对学生本人,学校还是国学和社会都有着重要的意义。

当我们带上我们的文化,职业素养离开大学校园,步入工作时都会感到或大或小的压

力,这些压力的来源于哪里呢?首先是环境因素:主要指经济,政治和技术因素。其次是组织因素:组织内有许多因素能引起压力感,例如

所做的不是自己愿意做的事或在有限的时间内完成工作,工作负担过重,同时令人讨厌。个人因素:压力因素具有可加性,压力是逐步累积和加强的。每一个新的持续性的压力都在增强个体的压力水平。

近年来,我国大学生的就业理想与社会需求错位越来越严重。作为一名大学生,我们应该加强自己的职业素养,不要对“工作”一词望而却步。

压力与动力

——现代服务管理系学生专版



售一件货品,或者是一个电话,都说明雕像的美或丑。抱怨其实是弱的自白。或许我们可以自我调节过来的,具体而言,有几种方法:

其次,培养自己独立的人格,减少他人评价的影响,多与人交流沟通,及时倾诉,自己感受不到的无助和不快。

意识,向理想自我靠近。

生活中压力无处不在,压力的本身就是生活的一部分,压力并不是一种情绪,而是人对发生在他周围或她身上事物的一种反映。需要找到一个平衡度,寻找通过多种良性压力,而尽量避免恶性压力的出现。

工作总是与责任挂钩,工作状况直接影响一个人,看得出一个人的性格。最后人满意的工作就是,使我们是工作导向我们认为能表现自己的才能和性格。一个人对工作所持有的态度,和和他本人的性格是密切的关系,如果你以充分的热情真心去做最平凡的工作,也能成为最出色的工人。

有压力有动力。

论工作的压力

学前教育 1501 王海荣

首先,正确评价自己,不要过高要求自己对自己有正确的认识,做自己可以胜任的事情,对自己有个合理的预期和评价。

最后利用各种社会支持,从多种纬度审视自己建立自我同一性,再多纬度审视自我调节,自我找寻自我意识的同一点,整和自我

“四招”破解高职教学文化困境

涵盖教学思想、理念、管理、方式、师生价值观和教育教学制度等因素的高职院校教学文化,是体现高职教育历史使命、彰显高职办学精神的文化,其良莠将直接影响到学校的教学质量,并最终反映到组织效能、内涵发展和学校办学水平等重要问题上来。因此,在当前多数高职院校处在变革与转型之际的背景下,充分认识教学文化中的一些困境很有必要。

困境一:教学管理的控制性倾向。

一些高职院校教学管理制度对学生学习的管理只强调制度的刚性、强制性和服从性,制度文本简单,管理过程粗放,往往对学生学习态度、学习动机和学习方法的考查不足、激励不够,学生渴求获得发展性评价的内心诉求难以得到满足。同时,对教师教学的管理大都是统一的规定与要求,基本上不考虑专业、课程、类型上的差异性,导致部分教师在教学设计中往往一味地参照教学评估要求进行,而不顾是否真正与教学内容相适切,使本应该丰富多彩的教学活动在所谓教学文件简单化的规制下,显得苍白、呆板和僵化,教学效果自然不如人意。

困境二:教师发展生态的失衡。

当前一些高职院校教师发展生态失衡主要表现为内外两个方面:从内部因素考察,主要是教师自身能力素质结构上的缺

陷,虽然他们大都具有较好的专业理论水平,但专业理论的职业实践经历普遍缺乏。从外部因素上考察,普遍表现为高职院校管理范式中的行政色彩浓厚,在资源分配、激励保障等制度规范方面缺乏科学缜密的设计,导致部分教师特别是青年教师职业压力大,职业成就感和幸福指数低。

困境三:学生课堂参与学习不足。

当前部分高职学生课堂纪律比较松弛,“专业课选逃,选修课必逃”等现象屡见不鲜;上课随意性强,把“课堂作为一个公共领域”的现代公民意识缺乏,对老师和课堂没有敬畏之心;同时,学习行为、学习方式、情感体验以及认知过程等方面均参与不足,没有表现出足够的热情和兴趣积极参与到各种教学活动当中,学习动力不足。

要想挣脱高职教学文化所面临的上述困境,构建和谐、高效、合作的的教学文化,笔者以为,需要从教学管理观念更新、教学情怀践行、教学能力锤炼、教学氛围营造等方面寻求破解之法与超越之道。

第一,树立包容个性、正向激励的教学管理思想。

办学以教师为本。首先,通过管理创新构建正向发展的教师成长体系,让教师积极的性格特质和个性特长在教学活动中

得到充分张扬,形成打上明显个人烙印的教学风格。其次,要营造有效激励的教学环境,让教学出色和认真负责的高水平教师受尊敬、有尊严,教学价值得到体现。再其次,要引导教师深化对高职教育规律的把握,在教学设计与实践中体现高职教育的特色要素,形成具有鲜明高职教育特色和价值追求的教学文化。

第二,践行大爱育人、尊重差异的教学情怀。

育人以学生为本。一是尊重差异,当前高职院校生源多样化、培养目标多元化,高职教学要着眼学生个体差异和发展需要,基于能力本位注重技能的培养,立足学生生源差异组织分类培养,针对学习特点开展分层教学,与此相对应,评价方式也应注重多样性、动态性和发展性,体现施教过程与教学结果的辩证统一。二是严而有度,专业技能课教师要摆脱狭隘的专业教育思想和单纯的课程教学意识,让学生既训练操作技能,又训练心智技能,既获得专业能力,还获得方法和社会能力,不仅注重经验层面的能力培养,还能将其上升到策略层面。

第三,锤炼跨界融合、追求卓越的教学能力。

高职教育本质就是职业性和教育性并存的跨界教育,所以,首先,要通过课程

开设、社会实践等深入挖掘专业课程中的文化要素和人文精神,促进职业技能培养与职业精神养成、文化育人与专业教学活动的有机融合。其次,要大力加强教师的教学能力建设,不但要重视其知识水平和传授知识的能力,更要重视其组织学生学习 and 指导学生发展的能力。再其次,要加强以信息技术为基础的教学体系建设,要应用信息技术改造传统教学,促进移动、泛在、个性化学习方式的形成。

第四,营造崇尚实践、技能宝贵的教学氛围。

实践是高职学生成长的重要基石。在人才培养目标导向上要突出学生实践精神的培育,在人才培养模式的改革上要突出学生实践能力的培养,在教学内容的安排上要加大学生实践的力度,在教学方法的设计上要注重学生实践技能的获得。加大实践教学力度,不断推进项目导向、基于工作过程、案例推演、角色扮演以及教学与实训融合的教育教学活动,增强专业教学的职业性,才能提高学生的学习兴趣,促进学以致用、用以促学、学用相长,才能实现“有效性学习”和悦纳式教学发展,从而达到职业认同。

总之,高职教育是以“人的全面发展”为观照的教育,有别于纯功利性的职业培训,是“育人”,而非“制器”,既要让学生通过职业技能的熟练掌握,获得一技之长,又要让学生通过职业素质的培育、职业精神的熏陶、职业操守的养成,获得有尊严的工作和生活,达到“行有余力,则以学文”的境界,这或许应该是教学文化最为深刻的价值指向和最为根本的生成之道。

节选自2016年11月1日中国教育报

『训育结合』提升高职学生综合素质

“坚持以人为本,全面推进素质教育”是我国教育发展的战略主题,但长期以来,我国素质教育还存在着“有大纲,无标准;有活动,无系统;有教育,无训导;有师资,无团队;有课程,无课堂;有基地,无活动;有培训,无检测”等诸多弊端,致使素质教育流于形式,未能很好地体现出应有的价值意义和质量效果。四川职业技术学院在长期的育人过程中,创造性地开展高职院校学生综合素质训育体系的构建实践,全面提升了学生综合素质训育的质量效果。

首先,建构了完整系统的内容结构体系和训育平台体系,创新“训育结合”方法手段。

学院着力从人才培养方案、师资队伍、训育基地、教材编撰、课程设置、特色

项目开发、过程监控、质量检测等八个方面,构建了系统化的人文与科技综合素质训育内容体系。体系由思德、文化、艺术、心理、科技、质量检测等六大体系45个训

育平台组成,内容主要包括:思德素质、文化素质、艺术素质、心理素质、科学素质、综合素质质量检测等六大训育体系及对应的6个综合素质检测平台。

同时,针对长期以来学生综合素质培养的方式手段都以“育”为主,偏重于人文素质而脱离实践训练的弊端,学院创新性推行“训育结合,以训为主”的学生综合素质训育方式,把“训”“育”活动重心转移到“训”,转移到实操实作上来,在开展学生素质培养过程中,尤其是在训育方案设计、课程设置、教材编写、活动安排等环节,强调实践实训,并要求其“训”的比例必须要在40%以上,在“训”的过程中渗透“育”,在“育”的过程中强化“训”,“训育结合,理实一体”,把“育”的各种观念理念用“训”的方式加以强化和固化,真正做到了把学生素质训育活动落到实处,突出培养的质量效果。

其次,形成了课程、队伍、基地、活动“四位一体”的训育模式,努力做到“课程建设通识化、队伍建设专业化、基地建设现代化、活动建设品牌化”,全面推进素质训育活动。

一是以课程为载体,推进课程建设通识化。学院把综合素质训育课程建设作为推进素质训育活动的基本载体,一方面采用“引进”与“自建”、“必修”与“选修”相结合的方式构建学生综合素质课程体系,纳入学分制管理;另一方面采用“以素质训育课程为主,专家讲座为辅”的立体交叉式训育方式,建立健全了专家讲座管理制度,专家讲座每月2次,学生素质训育得到全方位加强。

二是以队伍为引领,推进队伍建设专业化。以学院专门成立的学生综合素质训育机构——人文与科技训育中心为主,学工部、团委、宣传部三个职能部门为辅,院内12个系部为支撑,共同组成了“一主三辅十二支撑”的院内学生综合素质训育专兼职队伍体系;建立健全了素质训育师资队伍管理制度和激励机制,组成了一支数量充足、素质优良的专兼职师资队伍。

三是以基地为平台,推进基地建设现代化。学院根据学生综合素质训育的特殊

要求,充分利用现代多媒体和网络技术推进学生素质训育基地建设现代化,构建了12个“理实一体化”模拟实作实训室,供学生开课及训练使用。与此同时,先后与地方党政、行业企业、学校、社区共建多个校外训育基地,较好地拓展了校内基地的训育实践空间,满足了学生训育和社会有需求群体开展素质训育活动的需要。

四是以活动为延伸,推进活动建设品牌化。学院以人文与科技训育中心为基地,以校园特色文化活动为延伸,着力打造形式多样、丰富多彩的文化品牌活动,先后建成几十个规范化学生社团名录,形成了多个校园文化品牌活动,让学生素质在活动中凝练,在活动中发挥。

再其次,创新性构建了“三位一体”学生素质检测体系,全面检测学生综合素质训育的质量效果,推动高职学生综合素质训育活动不断走向深入。

一是以学校考核为本位。学院根据人才培养和素质训育的基本要求,明确了相应的监测对象内容,把院内高职学生的训育活动作为主要检测对象,并定期进行训前训后的纵向比较和对参训与未参训学生的横向比较,及时调整修正训育方案;制定适合自己的学生综合素质训育各类检测标准十余个,分块分片、分类分层进行效果检测。明晰“训育结合,以训为主”的检测方式手段,并始终贯穿于人才培养方案、课程建设、教材编写和实践实训活动之中,加强过程监控和检测,随时固化训练成果;学院考核是学生综合素质评价考核的主体,严格按照学院制定的《学生综合素质评价指标体系》考核,并按60%的比例将考核结果计入学生综合素质考核总分;统筹安排家长及第三方检测活动,提出相应检测指标要求,制订相应资料表册,指导家长及第三方规范开展质量检测活动,并综合三方考核结果,对学

生进行量化考核;修订完善学生综合素质训育检测体系,拓展检验,推广实施。

二是以家长考核为辅位。家庭是学生综合素质训育活动的第二课堂,在对学生的综合素质考核活动中,家长一方面按照学院制定的考核检测标准,通过问卷、座谈、信息或口头反映等多种形式,积极配合学院的考核检测活动,如实反馈学生的素质表现活动情况。另一方面,按照家庭意愿或家庭实际情况,对学院的素质训育活动提出合理化建议,辅助学院深入推进学生综合素质训育活动。家长考核按照10%的比例进入学生综合素质考核总分。

三是以第三方考核为主位。第三方考核相对于在校学生来说,主要是指除学校、家庭以外的实践实训实习单位和具有国家资质公信度较高的第三方专门评价机构。第三方考核按照学院或第三方提供的考核标准,根据学院的考核目标要求进行考核,其考核结果按照30%的比例进入学生综合素质考核总分,作为学生综合素质考核的一个重要组成部分,多角度、全方位检测学生综合素质训育效果,促进素质训育活动的深入开展。

节选自2016年11月1日中国教育报

教育在线



扣好人生的每一粒扣子

有人说,人生好比穿衣服,要想穿戴整齐、美观好看,扣子得扣好。人生总有那么些关键处、转折口、紧要时和危险地,把这些“扣子”扣准、扣紧、扣牢和扣踏实了,才叫扣好了人生的每一粒扣子,才能让人生之路行稳致远。

扣好人生起步开局的第一粒扣子。“凿井者起于三寸之坎,以就万仞之深。”青春洋溢、风华正茂之时,正是人生之路起步的关键处,这个阶段得打好基础、抓好养成。现在社会上、校园里,还是有那么一些年轻人总感觉茫然困惑,对自己的人生之路“往哪走”“怎么走”胸中无数、心里没谱,更有甚者还贪图享乐、空虚无聊,游戏人生、虚掷光阴。作家柳青说过:“人生的道路虽然漫长,但紧要处常常只有几步,特别是当人年轻的时候。”人生是单行道,起步错了难免绕弯路、走远路。上好人生的第一课,确立好人生的起跑线、基准线,才能让起跑成为起飞的开始。

扣好人生失意失落这粒转折的扣子。人的一生,常常会碰到这样那样的挫折、不顺和打击。碰壁了,甚至失败了,怎

么办?有人灰心丧气、失望彷徨,有人不堪一击、一蹶不振,更有人自暴自弃、破罐子破摔。这些年,个别所谓“高官”,其贪腐之路越走越远、越陷越深,正是从最初的期望受挫、政治上失意开始,逐步失去志向、失去信仰,最后难以回头的。人可以被击败,但不可以被击倒。当一个人碰到困难、失败和过不去的坎时,只要精神不滑坡,办法总比困难多。在痛苦与焦虑中,说不定正蕴藏着人生的华丽转身、精彩转型。

扣好人生得志得意这粒紧要的扣子。人生最容易迷失自我的时候,往往是得志得意、平步青云的时候。这时候,鲜花遍地、掌声四起,听到的是赞歌、看到的是笑脸、响起的是“礼炮”、面对的是恭维,很容易变得飘飘然、昏昏然,沾沾自喜、骄傲自满,甚至自以为是、刚愎自用。成功的人生,其实一直在做两件事,一是在失败中站起来;二是从成功中走出来。扣好得志得意这粒扣子,就是要在成绩面前看到不足,在成功面前看到差距,始终保持谦虚谨慎、戒骄戒躁的警觉和自觉,才不会

“平流无石处,闻说有沉沦”。

扣好人生“降落”“着陆”这粒危险的扣子。据说,飞机起飞着陆之时,危险系数最高。有一种“59岁现象”,说的正是当一个人临近退休时,容易产生歇一歇甚至最后“捞一把”的心理,没能保持住晚节。电视专题片《永远在路上》中有一段白恩培的反省画面,他说自己“副部级上都二十多年了,正部级岗位上也十多年,没想到老了老了,放松了对自己的要求”。同样,李春城也说:“按照通常的退休年龄,这将近一生了,居然因自己的错误这样收场,何其悲哀!”这都是活生生的案例和教训。人应当退休不褪色、离岗不离队、放松不放松,给自己的人生画一个漂亮的句号,交一份满意的答卷。

人生这件“衣服”要扣的扣子很多,但这“四粒扣子”至关重要,它是人生处于关键处、转折口、紧要时和危险地的把握,关系到人生整件衣服是扣歪、扣松,还是扣正、扣紧,务必慎之又慎。

节选自2016年10月31日人民日报

社会·观察



什么样的工作成就人生

如何才能快乐且富有成效地度过一生?弗洛伊德的回答是:爱着,工作着。按照这样的逻辑,能让自己投入全部热忱的事业,如何才能快乐且富有成效地度过一生?弗洛伊德的回答是:爱着,工作着。按照这样的逻辑,能让自己投入全部热忱的事业,也许是幸福人生的必选项

我们终将选择,能让自己投入全部热忱的事业。

周末与一个正找工作的哥们吃饭,聊着他应聘的公司。他突然停下来抬头问:“你说人为什么要找工作?”我一时语塞,为了自己的未来?为了父母的荣耀?为了过更好的生活?如果给工作找个理由,饭碗显然已经不是唯一选择,尤其对一些一言不合就“裸辞”的年轻人。

有幸结识80后“网红”川哥,一个靠讲思政课火起来的大学辅导员。讲思政能红起来,已经够牛了,更牛的是人家曾是一家知名英语培训机构的金牌讲师,却最终放弃丰厚薪酬,做了收入远不如前的辅导员。为什么有这样的选择?他给出了一个很牛的答案:为学生答疑解惑、陪他们一起成长,这种成就感不是拿高薪能比的。

当然肯定有人会说,他这是成功人士的傲娇,站着说话不腰疼。但请先考虑这样一个问题:该如何在几十年的跨度中,始终保持对工作的激情?也许成就感是比薪水更靠谱的答案。三百六十行,风水轮流转,谁能保证一个行当永远吃香?而即使你选择了别人眼中的好工作,也还是要承担职业倦怠期的风险。新鲜感一旦退去,没有压力驱动,再缺少源源不断的动力,工作可能就变成了得过且过,然后很快业绩平平,越来越没有存在感。

所谓成就感,换一种说法,就是事业心。有句话说得好,工作是为别人干活,事业是为自己干活。找工作最好的选择,应该是选我所爱。当工作成为内心热爱的事业,它就不是老板、领导的事了,而是自己的事了。当一个医生爱上救死扶伤,一个教师喜欢教书育人,一个警察信奉除暴安良……那一切别人眼中的枯燥与艰苦,就都成了甘之如饴的体验。即使收入有增有减,待遇时好时坏,也不过是一时际遇而已;至于升职、加薪、社会地位,不过更多是事业的副产品。职业荣誉感和持久的成就感,会让他人的人生获得比财富更为丰厚的体验。

这可能就是川哥所不能简单言说的秘辛了。他找到了自己所爱,于是他如同接通了创造力的源泉,在本为枯燥的思政课上激情四射、口吐莲花。所以,高校毕业生找工作时的一切迷惘,其实都是自我认知的缺失。你内心的理想和激情该流向何方?你信奉怎样的人生信条?这些价值观层面的东西,才是真正能左右你选择的因素,而它们也终将把你指引到正确的人生方向。

所幸,时代给出了选择的空间。尽管同样有生计的负担、残酷的竞争,但与父辈相比,当下的年轻人显然可以更自由地选择职业,理想与现实间的腾挪空间也越来越大,职业选择正进入一个多元化的时代。若干年以前,选择中西部基层就业,可能还要遇到前所未有的压力,如今已有更多年轻人选择下沉,用行动为那里带来改变;同样,尽管现在仍然缺乏必要的保障,但公益组织正吸引着越来越多享受服务社会快乐的年轻人。所谓理想就是,即使现实土壤不够肥沃,也要倔强地生根,发芽。

如何才能快乐且富有成效地度过一生?弗洛伊德的回答是:爱着,工作着。按照这样的逻辑,能让自己投入全部热忱的事业,也许是幸福人生的必选项。

节选自2016年11月1日人民日报

择业如何不迷茫

亲戚家的孩子在上大二时就开始考虑就业问题了,问我,他感觉师兄师姐们在毕业后干得不错的两个公司:一个是比较自由,适合他这样不喜欢过朝九晚五生活的人;另一个是薪水比较高,肯定会少不了加班加点了,他应选哪个。

于是,我就给在高校做学生就业指导的同学打电话,在学校附近的一家整洁的小馆见了面。他听了情况后,与我畅谈了一晚上的择业问题。那感觉,就好像,兄弟我绝不“白吃”你的

饭,吃饭也要让你长学问。

看着他脸上流露出的得意样子,考虑到自己请客吃饭的钱不能“白花”,我就时不时地故作祈求状说:“哎,兄弟,你慢点,我这个手机是新买的,我对操作录音功能还不熟悉,我把你讲的都记录下来,回去好给他听。”见我如此的认真,他自然就更有兴致了。这家伙最后还是反应过来,用一种特别讲义气的表情看着我:“你别费劲录了,不如,你再找个机会把这个孩子叫来,咱们再聚次就是了,我当面对他谈。”我当即就识破了他还想“白吃”我的诡计,趁机回家了。

到家后,我立即就将刚才的录音放一遍认真复习,别说,这家伙,在毕业这几年还真的是努力工作了,虽说只是在小馆里的随意聊天,可重听起来,还真是非常好。原来,年轻朋友找工作的指导思想竟非常简单,就是“认清自己+认清工作”。

这个哥们最后简洁地收尾说,只要亲戚家的孩子能回答好以下几个问题,在择

业时就会做到不迷茫了。他首先从认清自己方面,列了5个问题:1.你是否热心;2.你是否好奇心特别重;3.你是否外向活泼;4.你是否有些急躁;5.你是否有些理想主义。在自我评估后,他又让我亲戚的孩子对自己的表达能力、沟通能力,以及逻辑推理能力的工作能力进行自测。做完这几个问题的自测后,他又让孩子重点考虑下将要选择的工作需要做什么,和谁打交道,然后再考虑下所选择的这项工作5年后,能带给自己什么。只要能考虑好以上几个问题,年轻朋友对自己工作所进行的选择也就不会后悔了。

在对老同学中招的认真复习下,我感觉,年轻朋友在择业时首先要从个人的成长与发展的角度去考虑,不要期望别人替你作出选择。生活青睐有准备的人,选择适合自己的职业,是在打造自己最好的个人品牌。

节选自2016年11月1日人民日报

流行语与流行病

如今的网络流行语,有时候常常“流行”得让人莫名其妙。比如说最近在网上传行一时的“蓝瘦香菇”,仅仅因为一位南方口音的小伙子把“难受,想哭”发音成了“蓝瘦,香菇”,就在网络上得到了病毒式传播,让不少人丈二和尚摸不着头脑。

在近期网上热传的“2016年十大网络流行语”的帖子中,与“蓝瘦香菇”一同入

选的还有“洪荒之力”“老司机”“狗带”等等。如果说“洪荒之力”还是源于现实社会中的新闻事件的话,那么其他的绝大部分都是源于网络“原生态”,而且常常具有这样的特性:突然爆发、病毒式传播、寿命大多很短——就如同一场流行病。

网络流行语,到底是不是一种语言上的“病症”?这个话题似乎已争论多年。如果说它们都是语言的“毒瘤”,显然有一棍子打死之嫌,因为毕竟有一些网络流行语已在口耳相传中“扶正”,得以登上大雅之堂,成为语言丰富性的有益补充,如“给力”“蛮拼的”等等。但无论如何,过度使用网络流行语对于我们的一大影响是,终究患上了“语言贫乏症”。

有人曾对古人的表达和我们的网络流行语做了一番对比:古人形容人漂亮可以用“貌

比潘安”“玉树临风”“顾盼神飞”,我们只会说“高富帅”“白富美”;古人形容人难看可以用“东施效颦”“獐头鼠目”,我们只会说“矮穷挫”“颜值低”;古人表达悲伤用“我心伤悲,莫知我哀”,我们只会用“蓝瘦香菇”……也许这种对比有些极端,但如果有一天你张口闭口只会习惯性地讲“高富帅”“矮穷挫”,会不会也被自己表达的匮乏惊呆了?

网络世界无穷尽,现代传媒的传播作用和影响不可小觑。一些网络热词之所以迅速被传播,其实很大程度上取决于网民的搬运作用。一些热衷于炒作网络热词的推手也正是利用这一点,让一些粗鄙的“网络流行语”蔓延网络。

或许我们应该相信语言的“自净能力”,不用过于担心害怕,因为从古至今语言一直在融合、创新、淘汰,最终沉淀下来的才是精华。但毕竟语言也是一种文化,对于个人来说,选择使用什么样的语言会潜移默化地影响我们的文化内涵乃至思想深度,而聪明的人,总会在泥沙俱下的“潮流”中挑选出自己想要的东西,而不是放任自己陷入“流行”的漩涡。

节选自2016年11月1日人民日报



我的大学 我的青春

牧医系 1603 赵睿

以青春为纸,折一只飞机,让它飞向更广阔的远方。

——题记

寂静的夜晚,我独自漫步于校园中。一阵秋风从我身旁掠过,刮起满地卷曲的落叶,又风风火火的向前奔去,在路灯的光芒下,那种寒素的秋意显得分外浓烈。我仰起头让那片片飘落的黄叶折射的金

光映入我的瞳孔,真是好一幅落叶灯影图!顾不得其他。我不禁闭上双眼,深吸一口气,来享受此刻难得的醉寂。

只是还未从这绝美的诗意里走出来,我那偏飞的思绪就被校园里熟悉的钟声拽了回来,“咚咚咚……”一声声回荡在夜空,也回荡在我的心间,我不由得感叹时间流逝之快。昔我往矣,葱葱郁郁,昔我来

时,黄叶纷飞,回想起就在两个月前,我和一大群同学都还是刚跨进学校的新生,有着无限的活力,风华正茂,挥斥方遒。而此时,一群人却已随波逐流,放任自我。环境还真是一个可怕的东西,他总会在悄无声息中让你变了模样,并让你在潜移默化中也分好坏,若我们处在坏的环境,你便会在不自觉中堕落开来,并和那个想要的自己背道而驰。

看着眼前飘飞的落叶,感受着吹来的凛冽的风,我的斗志却未曾被这凄清的环境所消减。不在沉默爆发,就在沉默中灭亡,爆发吧!此时的我更加昂扬。就让我化为那颗火种以落叶为燃料,凭借着风来助火势,燃尽整个原野!点燃他们的斗志,引爆他们的青春激情!



人生关怀

电气系 杨杨

关怀是一缕春风,温暖着每一个走过严寒的人的心,关怀是一把火炬,照亮了每个历经黑暗的人的旅程;关怀是一个港湾,安放着每一个远航归来的游客。如果人人都具备了关怀的美德,那么生活将会更加绚烂多彩!让我们学会关怀他人,也用心感受他人的关怀吧!

记得有这样一个小故事在大年夜的晚上,日本北海亭面馆来了三位特殊的客人,穿着不合时令的斜格子的短大衣的妈妈,怯生生地为两个孩子和自己点了一碗阳春面。一年过去后,第二年,当母子三人再来时,好心的面馆老板娘在老板耳边轻声说道:“喂,孩子他爹,给他们下三碗,好吗?”细心的老板怕他们会尴尬,就偷偷地在锅里下了一人半份的面。细微的行为,却透着无限的关怀。老板和老板娘用一颗爱的心关怀着进店吃面而又自卑的客人。他们默默的关怀,给了母子三人勇气,给了他们新的人生。

是的,关怀,是默默而又深深的!

人生需要关怀,需要给予。没有这些品德的人,生活该是多么悲凉,生命该是多么毫无意义。而正在给予他人关怀的人,内心又是多么仁爱。给予他人关怀不紧是对他人精神上的鼓励,更是对自己自身素质的考验。

贝尔曼,一个在艺术界却一直与艺术女神无缘的失意人。“在那个凄风苦雨的夜里,一把原来地方挪过的梯子,还有几支散落的画笔,一块调色盘上面和了绿色和黄色的颜色。”这才有了“经过漫漫长夜的风吹雨打,仍就有一片常春藤的叶子贴在墙上”。他用爱与信念,挽救了一个生命,完成了他生命中杰作。那是爱的付出,心的付出!

是的,关怀,是无私的是无尽的!

记得有一篇作文写得好:一个已经差到极点,调皮的学生,当所有的老师都放弃他的时候,他的班主任没有放弃他,像慈母一样关心他,每天开导他,教育他,为他补习功课,上讨论课,也征求一下他的意见……这位同学深深地感受到了老师对他无微不至的关怀和老师对他所寄托的无限希望,他不敢再自暴自弃了。于是,他下定决心,奋发图强,干出一番事业,报答老师,报效祖国。若干年后,一位事业有成,容颜焕发的青年男子回到母校,跪在老师的跟前,深情地说:“老师,没有您,就没有学生的今天……”

是啊,关怀,是不放弃不抛弃。

是啊,世界需要关怀,我们应该用关怀来感染身边的每一个人,让自己的生命中留下光彩。

启程

城建系 钱圣

不要因为荆棘丛生,而驻足于征途;
不要因为会迷失航向,而徘徊于港湾;
不要因为狂风肆虐,而放弃搏击;
否则,
明天的你会埋怨今日的犹豫和胆怯。
为了明天的路,
该走就潇洒的走;
明天的路,
要走就洒脱的走;
即使荆棘丛生,
即使会迷失方向,
即使有狂风肆虐,
也要走得无怨无悔。

鱼在波涛下微笑

毕淑敏

心在水中。水是什么呢?水就是关系。关系是什么呢?关系就是我们和万物之间密不可分的羁绊。它们如丝如缕百转千回,环绕着我们,滋润着我们,推动着我们。同时也制约着我们,捆绑着我们,束缚着我们,缠绕着我们。水太少了,心灵就会成为酷日下的撒哈拉。水太多了,堤坝溃塌,如同2005夏的新奥尔良,心也会淹得两眼翻白。

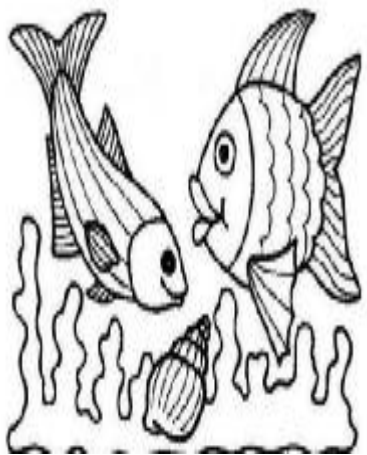
人生所有的问题,都是关系的问题。在所有的关系之中,你和你自己的关系最为重要。它是关系的总脐带。如果你处理不好和自我的关系,你的一生就不得安宁和幸福。你可以成功,但没有快乐。你可以有家庭,但缺乏温暖。你可以有孩子,但他难以交流。你可以姹紫嫣红宾朋满座,但却不曾有高山流水患难之交。

你会大声地埋怨这个世界,殊不知症结就在你自己身上。

你爱自己吗?如果你不爱自己,你怎么有能力去爱他人?爱自己是最简单也是最复杂的事情。它不需要任何成本,却需要一颗无畏的灵魂。我们每个人都是不完美的,爱一个不完美的自己是勇敢者的行为。

处理好了和自己的关系,你才有精力和智慧去研究你的人际关系,去和大自然和谐相处。如果你被自己搞得焦头烂额,就像一个五内俱空的病人,哪里还有多余的热血去濡养他人!

在水中自由地遨游,闲暇的时候挣脱一切羁绊,到岸上享受晨风拂面,然后,一个华丽的俯冲,重新潜入关系之水,做一条鱼在波涛下微笑。



写作·随笔

放飞梦想

三叶草文学社 马建峰

如果你的信念还站立的话,那么没有人能使你倒下。

——马丁·路德金

蝶在沉默了一冬之后,积蓄了全身的力量,终于把飞的梦想变成现实;依米花沉默了五年之后,爆发了自己毕生的心血,终于把花的芬芳吐露给大家。坚定信念,放飞梦想,你就主宰了自己的世界。

“天将降大任于斯人也,必先苦其心志,劳其筋骨,饿其体肤,空乏其身……”孙臬在忍受了挖去膝盖的酷刑之后,忍耐着、坚持着,执著地用心完成一部流传千古的兵书《孙臬兵法》。孙臬,有多少人为你的学富五车所折服,有多少人被你的智谋所吸引。你在沉默中靠着坚定的信念,把自己的梦想放飞到蓝天中。放飞梦想,别忘了你的坚定信念!

“天行健,君子以自强不息。”这句话曾鼓舞着多少仁人志士,又曾让多少失路之人重获新生。盲人作曲家阿炳,你在“几家欢乐几家愁”的奔波流浪中,感到灵魂被深深地震撼了,于是一曲《二泉映月》便在你的二胡中诞生了。那柔和的乐音,那真挚的情感,使每一个人为之感动。当小征泽尔指挥完之后,他激动地跪了下来,“此曲只应天上有,人间能有几回闻?”你的眼睛虽然失明了,但有一盏信念之灯在你的心中为你指航。在心灯的指引下,你把梦想放飞到音乐殿堂,开创出民族音乐的新天地。

怎么能忘记,诸葛亮在南山躬耕的身影。你的才华使刘备三顾茅庐而不悔,你的潇洒



使群儒百口莫辩,而你游刃有余。这是你勤奋的结晶。“酒香不怕巷子深”,“桃李不言,下自成蹊”,你明白你的苦心终究会得到回报,你只是在等待,等待你的梦想成为现实的那一天。三气周瑜,你潇洒自如;七擒孟获,你镇定沉着。在信念的支撑下,你创造了经天纬地的大业。

为了梦想,有的人脚踏实地的努力奋斗。而有的人只是躺在梦想的摇篮苦苦等待。努力付出者必将收获美梦成真的喜悦;蹉跎岁月者换回的只是时间在脸上留下的悔恨,最终一事无成,一生虚度。虽然并不是所有的梦想都能变成现实,但是“临渊羡鱼,不如退而结网”,与其花时间去等待,不如加快步伐去追寻梦想,试着与时间赛跑。也许身体和心理疲惫,但是汗水中会收获充实的生活。而现在的我们呢?该用青春点燃自己梦想,并为梦想插上知识的翅膀!

树立信念,放飞梦想,你将能随它一起到达美丽的地方。树立信念,放飞梦想,你将会拥有一个更加灿烂的明天。让梦想飞翔,让信念开花。

校企合作 共赢未来

继续教育学院构建学院与企业沟通、合作平台



为了建立更广阔的市场环境,向企业负责人宣传我院“985”“211”重点高校专升本网络教育、国家教育部学历认证、国家人社部技能鉴定的资源优势,在沧州职业技术学院继续教育学院负责人顾世明的带领下,继续教育学院老师建立了“微信企业联系群”,并做了“微信企业联系群”扫一扫二维码牌,以方便添加企

业进群。
11月4日下午,针对“微信企业联系群”二维码“扫一扫”活动,继续教育学院的老师在食品生物工程系金融班选出33名学生作为志愿者,并对志愿者进行了培训。此次培训的目的在于让志愿者们在招聘会中可以言简意赅的对企业介绍此联系群的用途。在继续教育学

院老师的耐心指导下,志愿者们两两一组进行了模拟练习。通过此次培训,学生们对次日招聘会的扫码活动满怀信心与期待。

11月5日,在继续教育学院老师及金融班的学生共同努力下,志愿者们将大多数企业邀请加入了“微信企业联系群”。使得本次继续教育学院“微信企业联系群”二维码“扫一扫”活动大获成功。此次活动不仅给了学生一次锻

炼自己的机会;也使各企业方便在日后联系继续教育学院,对我院提供的服务项目进行咨询;同时也对继续教育学院今后的发展提供了更广阔的资源平台。



技师学院举办报告会 学习党史国史 争做新时期优秀青年



11月10日下午,“关工委”副主任、沧州职院原党委书记崔晓林,在我院作了关于“学习党史国史,争做新时期优秀青年”的主旨报告。报告会由学院党总支书记李振峰主持,“关工委”副主任左德兴及技师学院院长张中海出席了报告会,我院青年教师及部分学生干部、优秀学生代表参加了此次报告会。

报告会中,崔晓林同志从四个方面进行了阐述,一是中国为什么要坚持共产党的领导,二是中国为什么必须走社会主义道路,三是中国为什么要改革开放,四是中国为什么要全面

建成小康社会。其中抓住机遇靠改革,全面深化改革,勇于推进精神创新、技术创新,要有工匠精神。崔晓林同志说:年轻的同志们、同学们,伟大领袖毛主席说过,世界是你们的,你们青年人朝气蓬勃,好像早晨八九点钟的太阳,希望寄托在你们身上。党在召唤、时代在召唤、人们在召唤你们,希望你们刻苦学习,掌握知识,积极投入国家建设事业,展现你们当代青年的时代风采!崔晓琳同志的报告让我们重温党从成立以来,为中华民族和中国人民建立的不朽功勋。让我们更清楚地认识到,只有在共产党的领导下,

坚持走建设中国特色社会主义道路,才能发展中国,才能实现中华民族的伟大复兴。

报告会在热烈的掌声中圆满结束。最后,学院党总支书记李振峰总结发言。提出对此次报告的精神内涵一定要好好领会,学习党史、国史具有重大意义,要牢记历史,认清时代形式,做一个时代的先锋。这次报告会使我院青年教师和学生都受到了深刻的教育,学习党史、国史,进一步坚定了我们的道路自信、理论自信、制度自信。历史是最好的教科书,让党史国史之光照亮未来。 沧州技师学院 冯晨



信息之星风采大赛圆满落幕



2016年11月10日晚,沧州职院信息工程系信息之星风采大赛在学院礼堂成功举办。大赛以:“筑梦青春,华彩飞扬”为主题,旨在展示信息学子风采,

谱写华丽青春乐章。通过复赛初赛,共有11个节目入围决赛。

随着音乐响起,一首《突然的自我》清新悦耳,歌曲《遥远的她》让现场的观

众深深陶醉,歌曲《悟空》荡气回肠震撼全场.....

校园版的相声《大学生活》、小品《劫法场》、哑剧《算你狠》,让现场观众捧腹开怀,啼笑皆非;活力四射,劲爆张扬的鬼步舞和《群魔乱舞》嗨翻全场。

经过激烈的角逐,徐铁军、马洪亮等人的集体舞《群魔乱舞3》荣获大赛一等奖,宁冲的歌曲《悟空》获得二等奖,张丽丽、高晗等同学的小品《劫法场》获得三等奖,其余选手获优秀奖。

学院党委委员吴忠良出席本次大赛并为大赛第一名即第十届信息之星颁奖。院报主编陈金发、院团委书记刘世元、学生处副处长张吉海、院团委副书记尹微应邀出席并担任评委。大赛在信息学子合唱的《南山南》中落下帷幕。

新闻:孙悦 刘欣雨 程昊
摄影:刘冲 邵鹏程 赵嘉瑞



增强防范意识 共建和谐校园

为积极响应上级号召,增强大学生对艾滋病防治知识的了解,11月8日下午,团委与运河区疾病预防控制中心联合开展了防治艾滋病宣传教育公益项目。团委书记刘世元同志参加本次活动,社会实践部、青年志愿者协会共计300余人活动。

本次活动,通过悬挂宣传海报、摆放宣传展板、发放基本常识宣传资料等形式宣传防治知识。志愿者们佩戴红丝带,面带微笑为每一位同学认真讲解如何预防艾滋病,关注艾滋病以及艾滋病防治的基本知识。每年世界艾滋病日前夕,我院都会组织学生在校园里自己开展艾滋病宣传活动,普及艾滋病预防知识,提高在校大学生的自我保护意识,减少艾滋病传播,让青春永远美丽健康。

我院每年通过不同形式的艾滋病知识宣传的活动,让更多的同学了解艾滋,树立预防艾滋从我做起的意识,提倡健康文明的生活方式,养成洁身自律的习惯,传播防艾知识和技能,消除社会歧视,向患者奉献我们的关怀和爱心,共同战胜艾滋病。

第十二届中国超级模特大赛沧职专场

2016年11月8日,第十二届中国超级模特大赛沧州职业技术学院专场在学院礼堂举办。此次沧职专场超模比赛,由团委组织,河北广电网络有限公司承办,由全攻略微信平台全程直播。全院学生近200人报名参加,由李彬、赵军红、赵丽媛、王坤四位老师担任超模比赛评委。比赛中所有参赛人员分每5人一组上场展示,由评委老师当场选出晋级的选手。

走秀的T台,为她们提供了走向梦想的阶梯,舞台的气氛洋溢着选手对模特梦想的追求。舞台上,伴随动感的音乐,选手逐个走出展示自己。为赢得评委们的赞赏,她们按照位置摆出专属自己的动

作,秀出了学生特有的魅力和风采,展现了沧职学生特有的精神风貌。她们虽然没有专业的台步,但充满自信,充分展现了自己的特点,散发出青春活力的独特魅力。魅力的走姿,走出了当代学生的风貌,走出了沧职的美好,走出了选手们的另一面。比赛现场十分激烈,给现场观众奉献了一场视觉盛宴。

精彩的比赛,受到了老师学生的好评,得到了积极的响应。为同学们提供了一个展现自我的舞台,丰富了校园文化,也提高了学生们的综合素质。最终40名同学进入到复赛阶段,我们期待下一场比赛的到来。



院轮滑社社团活动

轮滑世界冠军 YJS 星期四下午四点(11月3号)空降沧州职业技术学院与我院 T-MAX 轮滑社共同进行高新技术的轮滑表演,现场一片沸腾!

YJS, 全名 Yu Jinseong, 中文名柳真成。1992年5月10日出生于韩国,接触轮滑至今已有14年的他,荣获过世界冠军,韩国全国冠军奖牌无数,轮滑对于他来说,是享受更是一种信仰。

精彩的轮滑表演引来了众多观众的阵阵掌声,随着歌曲 fire 的节奏,韩国欧巴在轮滑过程中竟然跳起了别具特色的舞蹈,像落叶随风一样在场地上飘过,在场的女同学们更是忍不住尖叫与欢呼。随后 T-MAX 轮滑社成员组队同场竞技,同学们争相拍照,闪光灯亮成一片。

YJS 在表演中与观众们友好的进行一次又一次的互动击掌,让每个人参与其中使观众们的激情又达到了高潮。在活动结束后,韩国欧巴特别热情的和同学们合影,欧巴还给同学签名,排队签名的队伍更是浩浩荡荡。

活动结束后天色已经晚,操场的灯光下欧巴还不忘与一直默默无闻的在付出辛苦的组织协调人员们一社团联合会的

成员们与机务组人员合影留念。衷心的祝愿轮滑社越办越好,永远的辉煌!也祝愿韩国欧巴事业有成,在轮滑技能上更上一层楼。活动中轮滑社成员表示每年该社团都会邀请轮滑明星来我院联谊交流!希望能继续保持这一传统!

此次活动丰富了同学们的校园文化生活,展现了我院大学生积极向上的青春活力,也扩大了社团的影响力,激发了同学们对轮滑的热爱,祝愿我院社团精英越来越多,在未来路上越走越精彩!



“人无礼则不立,事无礼则不成,国无礼则不宁”。

为了宣传和弘扬文明风尚,普及公共礼仪知识,提高我院大学生文明素质,塑造一流服务形象,团委于2016年11月2日下午在第三报告厅召开礼仪培训讲座。

本次讲座由学院资深礼仪专业老师李彬主讲,尹微副书记,袁野老师,学院礼仪队、主持组、舞蹈组的全体成员参加本次讲座。

尹微副书记鼓励同学们要虚心听取李彬老师的讲解与指导,好好学习礼仪知识,努力提升自己的礼仪水平。授课中李彬老师向大家介绍了礼仪的含义,重点向同学们介绍了微笑的含义以及在生活中微笑的作用,详细的说明了生活中我们应当注意的关于“礼”的事项,并让同学们实际演练了鞠躬礼仪,加深了同学们的印象,并在生活中良好的运用。李老师的演讲生动形象贴近生活,用各种实例以及自己的亲身经历为同学们耐心讲解。

此次讲座后同学们纷纷表示作为新一代的青年人,应该不仅要讲礼仪,而且要落实到行动,用行动来体现文明礼仪,展现当代大学生的精神风貌,共建和谐校园。

通过本次讲座全面提高了我院文明礼貌教育活动的水平,营造了和谐的校园氛围。我国是文明古国,富有优良的文明礼貌传统,素有“礼仪之邦”的美称,几千年光辉灿烂的文化培养了中华民族高尚的美德,也形成了一套完善的礼仪,这些宝贵财富,我们一定要用实际行动传承下去。

礼仪文明讲座我院会定期召开,会将礼仪之美传递给每一个人。

团委举办礼仪培训讲座



人生不长 不要丢了自己

人生总有那么一段大片空白的时光。你要等待，你要坚忍，你要静默。你在等一场春华秋实，你在等新一轮的春暖花开，你在等从未有过的雷霆万钧。这静默的日子或许有些长，有些闷，但是你也只能等下去。有时候，等着等着，时光会疑似不经意地给你额外的惊喜。当然，这一切不是窝在那里干耗，而是以付出汗水为前提。

顺境中，莫要晒甜蜜，更不要秀幸福。因为物理学常识告诉我们，暴晒容易流失水分，而冷藏是保鲜的最佳方式。

做人要向猫学习：有人陪着玩，就热情地玩闹；没人陪着，自己要开心地 high，有猫粮吃尽情享用，没吃的自己游走取食。能开心，善孤独；九条命，超坚韧。顽强健康的活着才是王道。

加措活佛说：“心静了，才能听见自己的心声；心清了，才能照见万物的实性。”不甘放下的，往往不是值得珍惜的，人生的脚步常常走得太匆忙，所以要学会，停下来笑看风云，坐下来静赏花开，沉下来沉静如海，定下来静观自在。心境平静无澜，万物自然得映，心灵静极而定，刹那便是永恒。

无有例外，人生都是一条路，人烟稀少，孤独难行，却不得不坚持前行。因为它的尽头，种着“梦想”，心随人愿，要奔着梦想去追寻。有方向才有心情欣赏沿途的风光。

时光飞逝，人生不长，不要丢了自己……

钱币上的苍蝇

只要说起苍蝇，我相信不会有人喜欢的。它们与肮脏为伍，与细菌相伴，赶不尽，杀不绝，有着超级旺盛的繁殖力。

可是，这么齜齜的无赖和恶棍的形象，却堂而皇之地上了一个国家的钱币。这个把苍蝇搬上钱币，给了苍蝇无上尊崇的国家是澳大利亚。

原来，澳大利亚的苍蝇也曾生活在污秽不堪的地方，勤劳的澳大利亚人把苍蝇赖以生存的藏污纳垢之地统统消除殆尽。从城市到乡村，从山谷到河畔，举目是云朵般的鲜花和地毯一样的绿草。世代生活在肮脏环境中的苍蝇，骤然失去了它们的家园。

最终，澳大利亚的苍蝇绝望了。在这个国家，它们再也找不到一处肮脏恶臭的地方。苍蝇痛恨人类毁灭了它们的栖身之所，让它们失去生存的根基。苍蝇们为了活下去，不得不改变了饮食习惯。

苍蝇的先辈们经过无数次的尝试，终于为它们找到了新的食物——植物浆汁。

它们当然不习惯这种食物，可为了活下去，只好边咒骂人类边吞下这难以下咽的东西……

就这样，一代一代香火相传，生活在澳大利亚的苍蝇，早已忘记它们吃食腐臭食物的习惯，它们的饮食习惯竟与高贵的蜜蜂一模一样，采食花蜜。同时，苍蝇也承担起蜜蜂的职责——为庄稼和树木传授花粉。

丑陋转变为美丽，肮脏转化为洁净，低贱升华为高贵。澳大利亚的苍蝇从被人唾弃的泥沼中奋力爬出来，摇身一变成为可爱的小天使，受到人们的青睐和尊崇。

澳大利亚人当然越来越喜欢苍蝇，这小小的生灵对他们的美好生活贡献巨大。于是，他们让苍蝇登堂入室翩然飞落到他们国家发行的50元纸币上，让人们永远记得苍蝇为这个国家立下的功勋。

澳大利亚苍蝇的故事，对我们的启示太大了。当我们抱怨时，就应该想想澳大利亚人改造苍蝇的办法。连苍蝇都可以改造，世界上还有什么不能改造的呢？

展示幸福感

美国影星汤姆·克鲁斯和凯蒂·霍尔姆斯的婚前协议部分细节近日曝光，从编号来看协议可能长达上千条。光看已披露的部分协议，就可发现，汤姆·克鲁斯和凯蒂·霍尔姆斯组建的不是家庭，而是人间地狱。如果我是凯蒂·霍尔姆斯，我最无法忍受的是第 132 条和第 141 条，即“汤姆·克鲁斯说话时，要微笑并且赞同”，“需时刻展示自己的幸福感”。

“需时刻展示自己的幸福感”，是一项既古老又新鲜的条款。太平天国的领袖们，就曾经要求女将士“需时刻展示自己的幸福感”，“面情不喜欢，该打”。“天国”终于没有建立，不然大概也是地狱。如今，我国很多城市也在搞“幸福指数”，让市民展示自己的幸福感，不知那些市民怎么想，反正我是不大愿意配合的。

丰子恺先生说自己不愿到别人家做客，因为做客“需时刻展示自己的幸福感”，而自己一个人在家则可以板着脸。翻译莎士比亚作品的朱生豪更过分，一年之中，整天不说一句话的日子有一百多天，说话不到十句的有二百多天，其余日子说得最多的也不到三十句”。我觉得，丰子恺和朱生豪其实是享受到了很多深沉的幸福的人。而很多影视明星，经常“秀恩爱，晒幸福”，往往悲剧收场（其实也没资格称是“悲剧”，而是有点惨的闹剧而已）。

什么是幸福，其实谁都说不清。世界著名的三大空想社会主义者之一的圣西门，为了实现自己的理想，经常受人奚落，四处碰壁，由于他缺乏实际经营才干，家庭破产。幸而靠他原来的仆人收留，才勉强度日。不久仆人去世，他更加潦倒。最终他对社会失去信心，对自己举起了手枪。不过，圣西门并没有死去，医术高超的医生将他从死神手中抢救过来，他只是打瞎了一只眼睛。后来，靠他的一个学生的帮助，他又活了几年，直到 65 岁去世。这样坎坷的一生，临死前，圣西门却说自己幸福的。这是那些“时刻展示自己的幸福感”的人所无法理解的吧？

仁爱之心 (一)

摩尔根是北欧的一个小镇。这里社会和谐，民风淳朴。该镇有个惯例，每年的圣诞节，镇里都要组织居民评选出一名学问最渊博的人，一名最勤奋工作或劳作的人，一名最富有同情心的人，一名年纪最大又无病痛的人和一对最恩爱的夫妻。

又是一个圣诞节来临，夜晚，在举行完欢快的舞会后，大伙聚集在镇中心的草坪上，开始评选本年度的“五星”得主。

在评出博学之星、勤劳之星、爱情之星、健康之星后，最后是评选仁爱之星。还不等有人提出候选人，六十多岁的蛋糕店老板格里加尔就站起来，环顾四周，激动地说：“女士们、先生们，我提议，西恩小朋友今年当选我们镇上的仁爱之星。”此言一出，众人大哗，有人瞪着迷惑的眼睛望着他，有人摇头冷笑，有人耸了耸肩双手一摊，表示难以理解。要知道，西恩是个只有 4 岁的小男孩呀，他懂得什么叫仁爱呢？镇长哈迪微笑着说：“格里加尔先生，提名西恩，你不是在开玩笑吧？”“不是开玩笑，亲爱的镇长先生。”格里加尔毫不含糊地重复一遍，“我郑重地提议西恩为仁爱之星！”哈迪诧异地问：“你提名西恩的理由是什么呢？”格里加尔毫不迟疑，动情地说：“是西恩小朋友，帮我度过了我一生中最悲伤的时刻，让我鼓起了生活的勇气……”

格里加尔的太太是在上半年患癌症溘然长逝的，无儿无女的格里加尔顿时陷入一片悲戚和孤独之中。那是秋风萧瑟的一天，傍晚，他端坐家中面对太太的遗像黯然神伤，情不自禁又失声痛哭起来。这时，西恩的妈妈听见邻居屋内传来阵阵哭声，叹了口气，唤过正在自家木屋前的花园里玩耍的儿子，吩咐一番话。西恩点点头，便好奇地奔跳着过去，见格里加尔泪流满面地在唉声叹气，手掌中是一大把安眠药片。于是，他怯怯地靠过去，扬起稚嫩的脸，问：“爷爷，您，您……怎么哭啦？”格里加尔猛然看见天真可爱的小西恩，孤苦伶仃的感觉顿时袭上心头，反而哭得更厉害了。

仁爱之心 (二)

见此情景，西恩被感染了，不再问话，而是乖巧地爬到格里加尔的大腿上，也伤心地哭泣起来……哭了一会儿，又像模像样地说：“爷爷别难过，今后您有困难，找我好吗！”瞅着眼前这位稚气未消和自己毫无瓜葛的小孩竟陪同一起哭泣，并说出如此令人宽慰的话来，格里加尔心中十分感动，一把抱住西恩的头，哽咽着说：“好孩子！真是个好孩子！”于是，哭声慢慢停止了。西恩也很快擦干眼泪，蹦跳下来，缠着格里加尔同他一块玩游戏。一会儿，格里加尔心情就开朗了，终于打消了自杀的念头。

以后，西恩只要一听见邻居格里加尔老人在哭泣，就听从妈妈的吩咐，跑过去陪他哭，然后撒欢地缠老人一起玩耍……慢慢地，格里加尔从丧偶的阴影中走了出来，仍然辛勤地经营着蛋糕店，同原先一样生活着。

格里加尔讲述完，大伙没有非议，一致赞成西恩小男孩为本年度小镇上的“仁爱之星”。

评选结束后，哈迪不解地问西恩：“亲爱的西恩小朋友，你可是我们镇上评上五星年纪最小的人。我弄不明白，你为什么会如此令格里加尔先生感动呢？当时，你还说了些什么还做了些什么？”

西恩撅着小嘴回答：“没有呀！我先是坐在老人的怀里陪着他哭，然后说有困难来找我！”

陪他哭？有困难来找我？哈迪听后哈哈大笑，激动地抱起西恩亲吻着他的小脸蛋，说：“真是懂事的孩子！”同时，又似乎感悟到了什么，心中暗想：幸福当然希望有人一起分享，人在痛苦的时候，或许也需要有人去分担哩！

十年后六月的一天，格里加尔因脑溢血突然去世了。哈迪和几个人在清理遗物时，发现了格里加尔留下的一份遗书，遗嘱里委托哈迪将他在银行的存款 600 万克朗全部馈赠给西恩，说是西恩十年前的仁爱之举让他放弃了轻生的念头，快快乐乐多活了十年……

仁爱之心 (三)

当哈迪将这笔巨额的存单送交年已 14 岁的英俊小伙西恩时，想不到西恩不肯接收。面对巨款竟然不动心，这是怎么回事？哈迪很是纳闷，问：“西恩，格里加尔的遗书写得明白无误，他无任何亲人，他指定你为他的财产合法继承人。你为什么不收下这笔钱？”

“我，我……”西恩欲言又止，低着头，满面通红。

哈迪优雅地耸了耸肩，双手一摊，无奈地说：“既然你不肯收下，作为格里加尔的委托人，我必须遵照遗嘱办事，只好把这笔钱交给你妈妈。”

“不！不！你不能交给我妈妈！”西恩抬起头来，急得双手乱摇。

“那……又是为什么呢？”这时，哈迪简直是如堕五里雾中。

见实在隐瞒不下去，西恩终于尴尬地说出了无颜收受格里加尔遗产的原因。

西恩的妈妈是个贪财的女人。她早就知道格里加尔经营多年蛋糕店赚了很多钱。格里加尔太太去世后，格里加尔也年事已高。他孑然一身，无人继承遗产，这些钱会如何处理呢，她动了心思，就想分一杯羹。在得知格里加尔丧偶后整日悲痛欲绝时，就安排活泼可爱的西恩去进行感情“贿赂”，以赢得格里加尔的欢心，日后能得到一笔钱。像陪格里加尔老人哭，说有困难来找我的话，都是她教西恩的。你想想，一个 4 岁的孩子哪会这么说这么做呢？西恩懂事后，从妈妈的言语中，总算觉察了她的卑鄙目的。西恩为此感到羞耻，心中早就打定主意，他不会要格里加尔 1 克朗钱。

哈迪听完，不由为西恩妈妈的龌龊心理感到气愤，又为西恩的高尚品质感到欣慰。怔了半晌，哈迪眯起眼睛征询道：“既然你不愿接受格里加尔的遗产，我不勉强。作为遗产的合法继承人，你说这笔钱该如何处理呢？”

西恩似乎深思熟虑，快人快语道：“我建议用这笔钱在镇里设立一个格里加尔仁爱基金，用于扶助那些有困难的人！”

“这个主意好！”哈迪拍着西恩的肩膀，赞叹道，“你真是摩尔根小镇名副其实的仁爱之星！”