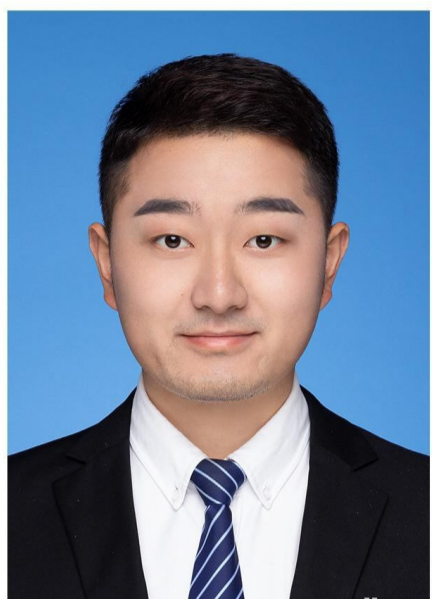


毕业生袁神杰:执着必有炽温 坚持定有回响

张蕾 大通社 胡梦瑶 报道



“不为失败找借口,要为成功创条件。”——袁神杰

君子藏器于身,待时而动。近日,武昌理工学院学生袁神杰在线上面试中展露锋芒,旗开得胜,最终获得佳席,与中铁隧道局集团建设有限公司网签成功,将于2020年7月1日正式前往公司报到。

袁神杰,中共党员,我校城市建设学院土木1602班班长。大学期间,曾担任过该院学工第三党支部纪检委员、社联部副部长、素质导师助理等职务。获得过“院十大杰出青年”、“十佳班长”、“校级优秀学生干部”、“优秀党员”等多项个人荣誉。作为班长,袁神杰积极带领班级参加校内外各项活动,所在班级曾获得校级和院级“优秀班集体”的荣誉称号。

拓展就业渠道,“云招聘”中觅得心仪岗位

当就业季遭遇新冠肺炎疫情,2020届毕业生面临就业“新挑战”。为降低疫情对就业的影响,减轻毕业生就业压力,武昌理工学院主动将学生就业工作的主阵地从线下转移到“云端”,制定帮扶学生就业计划,努力实现就业服务“不断线”,就业工作不停滞。袁神杰就是这次“云就业”的受益者之一。

城市建设学院素质导师汪欢时刻关注学校组织的“云招聘”动态,关心学生就业情况,网络双选会一开始,她就迅速告知袁神杰招聘消息,主动帮他修改简历。平日里,当她知道一些好单位的招聘岗位时,她会第一时间发在土木1602班的群聊里,让同学们都有更好的选择。袁神杰正是在学校举办的“2020届毕业生春季网络双选会”中受到启发,并开始自己主动在网上搜集各企业的招聘信息,投递简历。

对于求职,袁神杰下了十足的功夫。疫情期间,他反复修改简历,从排版到内容,他做到精益求精,突出自己的优势。经过线上招聘和线下面试等流程,他同时被中铁隧道局集团建设有限公司和浙江交通集团录用,权衡过后,他最终选择了中铁隧道局集团建设有限公司。

张弛有度,让自主学习更富有生命力

自律出众,不自律出局。大学四年,袁神杰坚持早起,这对他来说已经成为了一种习惯。大一入校时,他每天七点左右就会起床。在大三准备考研的这一年,他更是坚持每天六点左右起床开始一天的学习。学校图书馆的考研自习室和图书资源为他提供了很大的便利,他不用每天带着厚重的书本往返于宿舍和图书馆,自习室里浓厚的学

习氛围和安静的环境也能让他静下心来专注于学习。

他深知,考研是一个长跑的过程,一天中真正有效的学习时间是有限的。因此,他更加注重学习效率,他不会整天泡在图书馆里从早学到晚,他会制定一个以星期为单位的学习计划,具体的安排学习任务,但不会将计划精确到每分钟。有时候如果把时间固定的太死,任务一旦因为特殊情况完不成,难免会失落。”所以袁神杰更倾向于在相对自由的状态里学习,不至于没有学习的目标,更不至于将自己压得喘不过气。在一个星期里面,他会有条不紊地完成计划里的事情。

劳逸结合是袁神杰一直秉持的学习方式,他坚持每周至少去一次健身房,或是约上三五好友一起打打篮球,这不仅仅是他的兴趣爱好,更是他放松调整自己的一种方式。锻炼身体,考研的压力也得到了舒缓。他说:“大学期间找到自己的兴趣爱好会让大学生活更加充实,不至于在寝室无所事事,意志消沉。有一有空我会让自己出去走一走、看一看,让自己的视野更开阔。”

善抓机会,实践锻炼中提升个人素质

业精于勤,行成于思。专业课学习过程中,袁神杰始终保持着高度专注,积极活跃,紧跟老师的节奏,认真回答老师抛出的专业问题。课上,有不懂的问题他会及时向老师请教,真正做到开发内化。这些都是他能一直保持优异专业成绩的“小秘诀”。

袁神杰在做好学生干部工作的同时,丝毫没有怠慢自己的学习。在我的课堂上,他总是前排就坐,始终保持着孜孜不倦的学习态度。他是一位专业素质扎实,个性特长突出,创新与实践能力强,“专业老师周琴这样评价他。

袁神杰大学四年都在为未来能创造自己想要的而努力。大二升大三的暑假,

学校给他提供了一个锻炼、提升自我能力的机会,推荐他到恒大地产进行实习。虽然没有工资,但他很珍惜这个宝贵的实习机会。他将学到的理论知识与实践相结合,实践出真知,之前有些在课堂上学得不扎实,比较模糊的知识,在实际操作中瞬间变得清晰了。通过实践,他还知道了很多课本上没讲到的知识,这让他的创新与实践能力都得到了提高。

据他的室友高文回忆道:“在那段实习期,他经常加班打混凝土、检查房屋质量,吃苦耐劳,稳扎稳打,在工地摸爬滚打中积累了很多经验。”工地上的交流是一门学问,要经常和民工打交道,这是一个很锻炼人的过程。民工们没有系统学过理论知识,但他们的实际操作能力却很强,袁神杰从他们身上学到了很多“干货”。机会往往都是留给有准备的人,很显然,袁神杰抓住了这次机会,并让自己的综合能力提升了不少。

不断挑战,勇于突破舒适圈

“在我的印象中,袁神杰同学非常的谦逊有礼。经常能在学院大楼里看到他为同学、班级和院系服务的身影。”土木1602班的专业课老师周琴回忆道。袁神杰的同班同学高文对他评价颇高:“他不仅学习认真,成绩优秀,还经常帮助同学,将班级管理的井井有条,每次班级组织活动大家都会积极响应他的号召。”

大学期间,袁神杰每天在忙碌中充实自己,开拓进取。担任学生干部的经历也使他变得更为大方得体,成熟稳重。袁神杰是一个很有主见和想法的人,大二一学年,他在不同的领域不断挑战自己,勇敢突破舒适圈。课余时间,他利用自己的专业特长及爱好当家教、做兼职。在平时学校开设的《内省》课程中,袁神杰面对老师抛出的各种主题任务,他都积极参与、主动发言、热烈互动,希望以此

方式锻炼自己的语言表达能力和逻辑思维能力,这为他在“云端”的成功就业奠定了过硬的通识素质基础。

功夫不负有心人,坚持终会有回报

有志者,事竟成。现在的国企对施工员的要求比较高,一般只录用安全员。但袁神杰却成功被录用了为施工员,这和他自身的锐意进取是分不开的。大学四年,袁神杰一直以来都以高标准、严要求来规范自己。天生我才必有用,他心态端正,从不轻易看低自己。在中铁隧道局集团建设有限公司的HR沟通过程中,他表明了自己向往的岗位——施工员,并充分展现了自己在该专业领域的过硬实力。功夫不负有心人,坚持终会有回报。最终,他从一大批竞争者中脱颖而出,得到了企业的认可,获得了自己青睐的岗位。

临渊羡鱼,不如退而结网。袁神杰一直都觉得成功是不可复制的。他一直秉承着“做好自己”的人生信条,他坚信,把自己的遇到的每一个挑战、每一项任务,都尽自己最大的努力认真完成,一步一个脚印,实事求是,最后的结果一定是水到渠成。

袁神杰也有很多的话相对学弟学妹们说:“大家在学校里不要小看任何一门课程,不要浪费时间,每周最好能抽出些时间多看看书,拓宽视野、丰富自己,提升自己的内在气质和谈吐。另外,磨刀不误砍柴工,大家在做任何事时都要有所规划,盲目去做效率是很低的。其实,大学生活不管怎么过都会有所遗憾,我们追求的不是极致完美,只是止损而已,让自己在大学的遗憾最小化。”

《《《 奋进者 说》》》

同心抗疫

校友免欢:内省课教会我做人 抗疫促进我成长

鲁信 报道

“专业课教会我做事,内省课教会我做人。”武昌理工学院护理学2013级校友、宜昌市中心医院护士免欢在谈及自身的成长经历时,无不感慨地说,“如果说我的大学有哪门课程对我最重要,那毫无疑问是专业课,但是要是问我大学时哪门课程对我的影响最大,那我会毫不犹豫地选择《内省》课。”

曾子曰:“吾日三省吾身。”内省在古代便是儒家的一种道德修养方法,旨在通过自我检视和反思,分析自身思想行为是否合乎道德规范,从而提升完善自己。内省教育是我校思政教育课的延伸和深化,是一种全新的思想品德教育方式。我校《内省》课已经持续探索实施了11年,在全校本科生中开展,涉及励志、修身、内化、人生、协作、成功、就业七个主题,引导大学生深入思考人生的重大问题,帮助大学生成人、成才、成功。

免欢说:“还记得我在校的时候,《内省》课强调‘一口话、一笔字、一手好文章’,那时的我们在课堂上结合当下热点问题,分组进行讨论,头脑风暴,畅所欲言,然后每人上台进行演讲。学生时代的我只是觉得这门课非常新颖有趣,但是当步入社会后,我才发现《内省》课对我的三观、思维模式、行为方式都有着潜移默化的影响。印象最为深刻且影响我最深的一句教诲是:凡事换位思考,永远保持善良。”

据了解,当年,免欢选择填报护理学专业的时,遇到不少阻力。家里人劝她说护士太累,不如当医生,医生动动嘴,护士跑断腿。但免欢说:“是啊,人们固有思维里都认为护士只是一个没有思想的执行机器,任何时候只要遵医嘱就不会出错,等将来科技足够发达,换个机器人或许都能做好我们的工作。但当我真正工作以后才发现绝非如此。就拿这次疫情来说,新冠肺炎来袭,全民恐慌,身为医务工作者,尤其是重症医学科的护士,我们有责任、有义务迎难而上,可要是问我怕不怕?当然怕,我才24岁,独生子女,父母刚把我培养成人,还没好报答他们,前线局势紧张,防护物资短缺,病毒的传染性也比想象的要可怕,新增病例和死亡人数也是直线飙升,每天打开手机刷到的负面新闻铺天盖地,我也无法克服对未知的恐惧。可要是问我上不上?必须上!我们学校的大学文化和大学精神是‘追求卓越’,不是知难而退,老师们耳提面

的教诲犹在耳边回响,我们已经长大,该轮到我们去拯救世界了。”

于是免欢剪了长发,瞒着父母,报名去了一线。当她怀着一腔热血和些许忐忑赶到抗疫一线时,才发现面临的困难已经超出预期。因为是临时组建的科室,新的环境、新的同事、严苛的规章制度、厚重的防护服,对她来说都意味着考验。尤其是来自不同医院、不同科室的同事们,大家的年龄、专业方向、工作风格不尽相同,在原本就高压的工作环境沟通协调比较费力。但是每当免欢与同事意见不一致的时候,她总是耐心询问并听取大家的意见,反复权衡利弊,优化方案,取长补短,很快便和大家打成一片,工作起来也得心应手了许多。

快速适应环境之后,免欢又迎来了另一大难题——如何安抚患者的情绪?因为是在重症病房,相对于新闻上看到的方舱医院演小品、打太极、唱歌跳舞的有着天壤之别。她所面对的都是病情危重的患者,戴无创呼吸机的、插管的、做透析的,甚至上ECMO的,这些患者即便是意识清醒也无法像轻症患者那样保持乐观心态了。缺氧带来的憋闷感很容易让患者陷入焦虑、紧张和恐惧之中,有的患者甚至愤怒狂躁、自暴自弃。长期处于这样的环境,免欢有时也会觉得眼前的负能量一点点吞噬了自身的

正能量。尤其是当有的患者将焦躁、愤怒情绪无端发泄到她身上的时候,她觉得很受伤、很委屈,但是每当此时,她总想起大学时代内省课老师的教诲:“凡事换位思考,永远保持善良。”

“假如是我躺在病床上,家人不在身边,而我又随时有生命危险,我也会焦虑不安甚至绝望吧,与其被患者的负能量影响,倒不如引导患者积极面对,尽早康复。想通这一点之后,我便豁然开朗了。”再后来,面对一些消极情绪的患者时,免欢便会经常握一握他们的手,拍一拍他们的肩膀,问一问他们的感受,给他们信心和鼓励,并尽量满足他们的合理需求。比如想吃点什么、喝点什么等等,让患者相信他们不是孤立无援,更不会被放弃。渐渐的,越来越多的患者对免欢敞开了心扉,调整了心态,积极配合治疗了,免欢看在眼里,乐在心里。

“如今,我的病人陆续康复出院,我也慢慢退出了一线,这段艰苦的抗疫经历使我成长,使我更加敬畏生命,教我如何与人相处,也使我更加深刻地理解了‘凡事换位思考,永远保持善良’这句话。感谢当年的内省课,教会我为人处事的基本准则与方法,将来我会把老师的教诲和自己的故事讲给我的孩子听,教他做一个正直、善良、阳光的人。”



5个专业、12个班级、12个短视频、近500人,汇集每个人的爱心与热血,他们用图像表达对武汉的爱与支持,用声声“武汉加油”传递精神!自新型冠状病毒肺炎疫情爆发以来,武汉的一举一动牵动着全国亿万人民的心,也牵动着武汉百万大学生的思绪。在疫情防控的关键时期,武昌理工学院影视传媒学院团委组织开展“凝聚青春正能量,打赢疫情防控战”主题活动,此活动一经发出,得到了广大学子的热烈响应。

我校影视传媒学院2019级共12个班级参与了本次“平安武汉,加油中国”的视频录制活动,近500人来自5个专业,分别是广播电视编导、播音与主持艺术、影视摄影与制作、音乐学、表演。

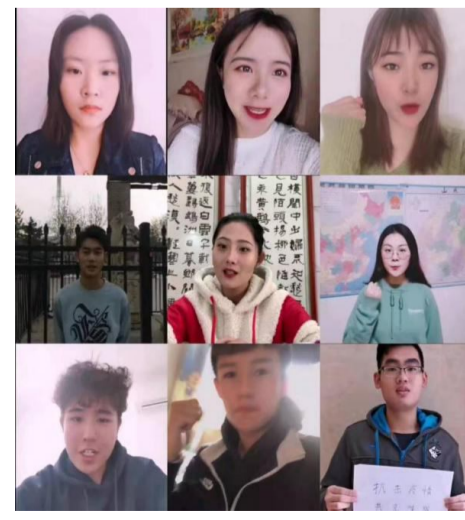
在本次创意视频录制活动中,播音与主持艺术1904班的主题视频凭借充足的前期策划与良好的后期制作脱颖而出。在整个视频录制的过程中,全班学生采取分工合作的形式,将全班分为素材准备、参与录制、后期剪辑三个小组,各司其职。最后,他们有条不紊地完成整个主题视频拍摄的任务,将自己的全部努力融入这一短小却又充满温暖与爱的视频中。该班的白嘉琦同学说:“情系江城,天佑中华,播音1904班全体同学向每一位奋斗在一线的抗疫英雄们致敬,武汉加油,中国加油!”

“我在山东济宁,隔离疫情,不隔离爱,武汉加油,中国加油!”“我在广东东莞,向所有战斗在一线的白衣天使们致敬,情系江城,天佑中华,武汉加油,湖北加油,中国加油!”一句句充满暖心的话语深深牵动着每个人的内心。舞蹈1901班和播音1904班的同学们发出了充满爱心的宣言——用正能量视频为武汉加油!他们即使不在武汉,却仍心系疫情,用拍摄短视频的方法来表达自己的心声,更有着他们对武汉的声声加油和祝福,他们也希望通过自己的实际行动为这次的全民防疫战助力,在为武汉加油的同时,向每一位奋斗在前线的“逆行者们”致敬!

从活动倡议发出到视频制作完成,短短三天时间,身处全国各地的学生都深深牵挂着武汉。“我来自播音1901班,我在山东滨州为武汉加油……”“我来自播音1904班,我在广东东莞为武汉加油……”一张张熟悉的脸庞从视频中闪过,一句句真诚温暖的祝福传递到人心间。没有什么是不可能战胜的,但唯有爱能将传递到每一个战斗在一线的抗疫英雄们身上。

自“疫情防控阻击战”打响以来,无论是每一位战斗在一线的英雄们,还是各路志愿者、基层工作者们,抑或是平凡的你我,都在恪尽职守,勇于担当,守望相助,万众一心。这份名为《平安武汉,加油中国》的创意短视频代表了每一位武昌理工学院学子对武汉的殷切祝福。编导

1902班的王琪同学这样说:“武汉是一座英雄的城市,从来没有被艰难险阻压垮过,我相信只要我们同心协力、共克时艰,我们一定能取得疫情防控斗争的全面胜利,我期待与武汉的再一次相逢!”播音1904班的王一丁同学说:“在这场抗击疫情的战斗中,每个人都付出了很多,但我们不怕困难,不畏艰难,相信在不久的将来一定会春暖花开,为武汉加油!”(鲁信报道)



我校近500名学子参与录制暖心视频 为武汉加油