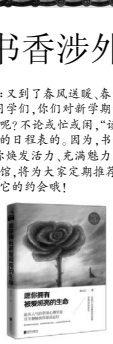
书香涉外

编者按:又到了春风送暖、春雨润物的时节,涉外的同学们,你们对新学期的生活有着怎样的规划呢?不论或忙或闲,“读书”总是值得添加进你的日程表的。因为,书如同思维的春雨,能让你焕发活力、充满魅力。本期校报携手校图书馆,将为大家定期推荐一批好书,不要错过和它的约会哦!



《愿你拥有被爱照亮的生命》
武志红 著

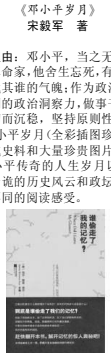
推荐理由:本书是极具人气的资深心理学家、百万册心理学畅销书作家武志红经典作品。本书以心灵成长的六个定律为核心,讲述了人在童年形成的内在关系模式如何影响性格和命运,以及成年后如何看到和改变自己的模式,走出轮回的命运,享受爱和自由。

《善待你的欲望》
魏庆岷 著

推荐理由:如果在毕业时还不知道自己想做什么,那么将会影响自己的下一步计划。本书根据学生时代应具有的优良作风和内在精神,综合提炼出了八个最有价值的核心理念,这些理念是造就中华无数英才的原动力,也是我们最需要的人生综合素质。现在,身处伟大时代的我们,科学发展、成才报国是我们需要具备的坚定理想和执着追求,不管我们是不是就读于名校,也不管我们是学习、创业还是生活,都需要把这种精神融入进去。

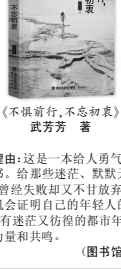
《邓小平岁月》
宋毅军 著

推荐理由:邓小平,当之无愧的一代伟人。作为革命家,他奋生忘死,有解天下苍生于倒悬舍我其谁的气魄;作为政治家,他有着敏锐而深刻的政治洞察力,做事干练果敢、心理素质坚韧而沉稳,坚持原则性而又不乏灵活性。《邓小平岁月(全彩插图珍藏本)》运用第一手权威史料和大量珍贵图片资料,真实还原了邓小平传奇的人生岁月以及 20 世纪中国波谲云诡的历史风云和政坛变幻,带给读者与众不同的阅读感受。



《谁偷走了我的记忆?》
[美]玛莎·魏曼·里尔 著
李曦 译

推荐理由:本书通过作者风趣幽默、深入浅出的笔调,你将得以一窥记忆的种种奇妙面貌,更有助于舒缓你对可能罹患各类失忆症的惊恐情绪。怎样才算是记忆异常?吃什么、做什么可以增强记忆力?你或许还会在字里行间,找到自己的影子喔!



《不惧前行,不忘初衷》
武芳芳 著

推荐理由:这是一本给人勇气、促人奋斗的正能量书。给那些迷茫、默默无闻的年轻人,给那些曾经失败却又不甘放弃的人,给有梦想却没机会证明自己的年轻人的社会生存指南。愿所有迷茫又彷徨的都市年轻人,都能从中获得力量和共鸣。

(图书馆谢萍整理)

学校召开本科专业综合评价工作动员大会

3 月 31 日下午,我校本科专业综合评价工作动员大会在音乐报告厅举行。学校校长王耀中,督导专员罗志,校党委书记、常务副校长潘留仙,副校长余孟辉,财务总监任波,各二级学院院长、副院长、系主任、专业负责人,各职能部门科级以上干部等参加会议,副校长白解红主持会议。

会上,湖南省普通高校本科专业建设与评估专家委员会委员、我校教务处处长、教学质量监控与评估中心主任刘初生从湖南省本科专业综合评价概念及工作进程、本科专业综合评价通用指标体系架构、本科专业综合评价定量指标内涵与计算标准、本科专业综合评价定性指标内涵与评价办法、本科专业综合评价赋分方法分析等五个方面解读了《湖南省普通高等学校本科专业综合评价通用指标体系与评价办法》,并对其中一些关键指标进行了详细分析。他强调,湖南省本科专业综合评价是我省高等教育教学评估的新模式,是保障专业人才培养质量的新导向,是提升专业办学水平的新动力,也是一个需要不断探索与完善的新课题。他希望学校以专业综合评价为契机,切实加强专业建设与改革,促进专业服务能力与核心竞争力的提升。

王耀中校长在讲话中指出,全校上下要高度重视,切实加强领导,充分认识本科专业综合评价工作的重要意义,以此为契机,推动学校内涵建设,提高教育教学质量和人才培养质量;要高度集中思想,集中精力,扎实推进学校的各项事业发展;继续强化以评促建,深化教育教学改革,促进人才培养质量和教育教学水平提升。

白解红副校长对会议进行了总结。她强调,各学院各部门要认真组织学习《湖南省普通高等学校本科专业综合评价通用指标体系与评价办法》,积极开展讨论,查漏补缺。今年我校有会计、计算机、英语三个专业接受综合评价,相关学院要拿出迎评方案,对照指标体系进行认真研讨。各职能部门也要以问题为导向,对工作职能,组织认真学习,支持和推动学校本科专业综合评价工作的顺利开展。

(文/蒋艳娟 图/邓建平)

有一种幸福叫“当老师”

——听刘岚老师谈高校教师心理健康

编者按:著名教育家斯宾塞指出:“正确地进行教育,不是一件简单容易的事,而是一个复杂和困难的任务。”面对教书育人这种负责而艰巨的工作,教师的责任和使命愈加重大。而拥有健康的身心是教师教育教学工作的基本保障,教师的心理健康直接影响教育教学工作的效果,影响学生的身心健康。本期校报访谈了我校管理学院讲师、国家二级心理咨询师、国际易术心理治疗与团体心理辅导准训练师刘岚,请她来为教师们“保持心理健康”支支招。

记者:刘岚老师,您能解释下什么是“心理健康”吗?

刘岚:心理学家莫格西里(1959)指出:心理健康是一种持续的心理情况,当事者在那种情况下,能做良好的适应,具备生命的活力,并能充分发挥其身心潜能,这乃是一种积极丰富的情况,不仅仅是免于心理疾病而已。

记者:那教师的心理健康表现在哪些方面呢?

刘岚:教师心理健康表现在:对教师角色的认同;有良好和谐的人际关系;正确地了解自我、体验自我和控制自我;具有教育独创性;在教育活动和日常生活中均能真实地感受情绪并恰如其分地控制情绪。

记者:目前影响高校教师心理健康的因素有哪些?

刘岚:教学方面的压力、学历职称等方面的压力,还有家庭关系、经济原因及自身的身体健康等等,他们共同构成了教师的压力源。

记者:从学校层面,呵护教师心理健康可以做哪些工作呢?

刘岚:高校领导和管理层要重视教师心理健康问题,应从政策、管理等各方面尽可能为他们提供宽松、愉快的工作环境与心理氛围。比如涉外优美的自然环境,建立教工活动中心,设置了健身房,棋牌室,卡拉 OK 厅,乒乓球室等,帮助教师释放压力,调节身心健康;另外,每学期学校都会开展各种球类和田径的体育竞赛活动,这些都是提升工作生活质量,改善教师身心健康的良策。

记者:对于教师自身,有什么方法可以保持自己的良好心理状态呢?

刘岚:教师要学会正确的善待自己,关爱自己。首先重视自己的健康,合理安排工作生活节奏,合理饮食,积极进行体育锻炼,这样才能提高工作效率,达到最佳状态。其次要树立正确的人生观,只有拥有了正确的人生态度,才能有积极乐观的情绪。再次,应培养自己某些方面的兴趣爱好,多方面的爱好可以陶冶情操,可以在一定程度上减轻患得患失、喜怒无常的不良情绪状态。最后,我信任的特别是性格开朗的知心朋友倾吐自己的压力、烦恼等,听听他们的建议,调节自己的心理失衡,这样,才有利于摆脱沉重而消极的情绪。当然,除了这些,还应有积极的心理暗示,能很好的进行自我催眠!学会欣赏自己,把每一次上讲台都当成一种幸福,一种享受生活的过程!

记者:作为教师,您平时是如何排解“焦学生”带来的负面情绪?

刘岚:一句话,“学会宽容和接纳每一个学生”。学生有可能会在课堂当中直接顶撞老师,甚至冲出教室;有可能在你要求他回答问题或上台发言时对你不理不睬,无动于衷;也有可能课后打你的小报告,说你上的课他不喜欢。这些都是正常的。我们对待自己的学生,就像对待自己的孩子一样,可以容许他们犯错,容许他们有不完美,我们可以用一种积极的心态来接纳他们所有的行为,并用自己的细心和耐心慢慢的感化他们。也许作为严师的苦心学生当时不能理解,当我们用一刻包容的心去对待他们的时候,迟早有一天他们能够明白,当收到学生毕业后发来短信说:老师,大学期间能遇到你这样的老师,人生足以,大学值了!那一刻咱们才能真正体会当一个老师是如此的幸福!我们无愧于人类灵魂的工程师!

记者:我们都知道,良好的人际关系,特别是家庭关系对一个人的心理瑜悦有很重要的关系,在这方面刘岚老师您能给教师们一些建议吗?

刘岚:教师是生活在各种社会关系网络中的社会成员,承担着多种社会角色,对此,教师要增强角色的适应能力和角色转换能力,要善于调节心理状态,使自己与社会融为一体。对上,可以理解领导工作,对同事,可以经常沟通,为别人的成就真心喝彩。以平静的心态对待发生在身边的事情,保持一颗感恩的心。这样,就能把自己融于社会大家庭中,随时保持健康的心理状态。特别是在家里,教师要注重与家人进行良好的沟通,常常向他们翘起大拇指来欣赏他们,有时间可以多陪陪家人,向他们表达自己内心真实的想法和需求,有句话说:爱要表达,爱要说出口!这样可以得到家人更多的支持和理解,可以形成和谐家庭的良性循环!希望所有教师都能以饱满的热情和优良的心态,投入到教学中,做一个幸福的教育工作者,为新时代培养身心健全的接班人!

(陈嘉嘉)

涉外讲坛

哈佛大学学者杨鹏谈孔子

4 月 17 日下午,我校文法学院 503 教室座无虚席,一场题为“孔子的历史突破”的专题讲座正在这里举行。讲座由著名学者、哈佛大学亚洲中心研究员杨鹏主讲,文法学院文学专业 120 多名师生聆听了讲座。

孔子的历史突破究竟是什么?讲座开始,杨鹏就抛出这个话题,引导在座的学生们思考讨论。随后,他从孔子不同常人的出生背景切入,引用丰富的典籍资料以及《论语》等孔子的言论著作,为大家解读分析了孔子的个性特征及其思想的发展。同时,通过对比中西方同时代思想家的思想及对后世的影响,回归到本次讲座主题的“孔子的历史突破”—— 下学而上达。最后,杨鹏谈到了中国的阶级制度与孔子的关系。同学们表示,杨教授的这次讲座,用全新的全球视野看待创痛文学,让我们对孔子以及国学有了更深入的了解,同时学习了新的研究方法,也得到了精神上的鼓励。

(王琼芳 刘娟娟)

中南大学樊晓平教授讲大数据

应信息科学与工程学院邬书跃院长邀请,4 月 20 日,中南大学博士生导师、湖南财政经济学院副校长樊晓平教授来我院作了题为“大数据时代的机遇与挑战”的学术报告。

樊晓平教授从“大数据的到来”、“云计算与大数据”、“大数据的应用”以及“大数据的挑战”等四个方面,运用大量的数据、图片以及精彩的案例,详细介绍了大数据时代的机遇、核心技术与挑战。报告会结束以后,樊晓平教授还分享了湖南财政经济学院信息类学科跨越式发展的成功经验,对我校信息类学科的进一步整合与发展具有重要的借鉴意义。

外国语学院讲座异彩纷呈

四月,我校外国语学院举办了多场讲座,有关于语言学习的,也有关于考研技巧的,更有专业分析和展望的,可谓是异彩纷呈,让学子受益匪浅。

4 月 5 日晚,湖南师范大学外国语学院王佳丽教授受邀为同学们做关于英语专业四级的解题技巧与高分策略讲座。她介绍了每一个题型的解题技巧,还就题型改革进行了总结。4 月 6 日晚,外国语学院举办的“跨境电子商务的现状及前景展望”讲座在我校体育馆举行。武汉华创未来电商事业部总经理、321 学院武汉分院金牌讲师毛志源(Jerry)受邀为主讲人。“听了这个讲座,最大的感受就是原来跨境电子商务就在我们身边,距离我们这么近,这次讲座让我全新地认识跨境电子商务,想要好好学好专业,以便以后能更好地从事这方面的工作。”来自商务英语专业的王芳同学说道。4 月 12 日晚,外国语学院在学术讲堂举办了“学风建设月系列之考研”专题讲座。外国语学院姚佩芝副院长联系自身经历讲述了在校大学生该如何看待如今的就业形势、学会正确分析自己的长处与短处、面对目前的就业形势如何转变就业观念等多个方面的问题。她还帮助同学们理清了考研的动机,明确了考研的学习重点,探讨了择校选专业等问题。

(蔡玉芹 刘娟娟 艾小柏)

教学动态

4 月 24 日,白解红副校长会见了本学期来我校任教的英国赫特福德大学会计系 Georgios Katechos 和 Hakim Mezali 两位教师,并就我校与赫特福德大学项目未来的课堂教学与管理等问题与两位教师交换意见。Georgios Katechos 和 Hakim Mezali 两位老师是第五批在我校会计学本科合作办学项目任教的英方教师,他们分别为我校国际教育学院 2014 级和 2015 级会计学本科学生讲授《财务管理》和《会计人员分析技术》两门英方专业核心课程(完成后半部分教学)。授课期间,两位教师认真准备,精心组织上好每一堂课,实现了国外先进教学理念的有机融合和优质教育资源的整合共享。同学们专心听讲、积极思考,踊跃发言,课堂互动效果显著。两位教师对学生们良好的学习状态和精神风貌给予了充分肯定和鼓励。

(孙彦彬)

4 月 14 日,我校教师教学发展中心特邀请北京毕博信息技术有限公司专职培训师在六教学楼 504、505 机房开展了我校第一批毕博平台网络教学课程建设专项培训。参加本次培训的对象主要是 2017 年度立项资助的 32 门网络教学课程。本次培训的主要内容是基于 Black-Board 平台的混合式教学理念来如何创建教学内容、工具菜单、课程文件夹、如何发布和批改作用、如何管理学生的注册、测试、讨论板、话题的使用以及课程报告的使用、练习、问题解答等方面的应用,对于以上内容,两个培训师都通过具体操作演示和练习来进行讲解和训练。培训后,老师们均认为收获很大,基本掌握了毕博平台里的大部分功能,有些细节的地方还需要在自己组建课程的时候去亲手实践。教务处刘初生处长和陈善敏副处长也出席了本次培训会,就网络课程建设与教师教学发展有关问题和大家进行了交流。

(青丽 黎利红)

教师风采

亦师亦友,育人有方

古人言:“师者,传道授业解惑也。”然师之尊严,气度又如何呢?如霞姐般课堂上慷慨激昂,课后随和善交。李霞老师是来自实验信息中心的一位导师,人称霞姐,教学 Excel 表格处理公选课。第一次见面时就觉得霞姐身上带着一股劲儿,透露着中帼不让须眉的英雄气概,即而呈现出一种与众不同的格局——气度,胸怀,情义。新理念下的师生关系其内涵应是学生学习中的良师益友,老师走进学生心灵深处并播种下力量。我想霞姐已修得此内涵。

站在我们学生的角度,很多时候发现:有一些老师,总试图在学生面前保持一份神秘,有的甚至展现着严肃的面孔,以为这样会让学生对自己产生敬畏之感,有利于教学工作的开展。其实刚好是适得其反,只有真诚地热爱学生,平易近人,使自己成为学生的知心朋友,让学生感到师生之间的关系是亦师亦友,才能更好的开展教学工作。可是如何“为师”,又怎样“为友”呢?霞姐是这样做:

亦师——传道授业解惑

每每上课之际,霞姐一身休闲运动装扮笑脸相迎同学们的到来,问候一声便会言归正传进入上课状态,大家坐在教室里,聚精会神地听霞姐讲课,随着她脸上的表情,时而凝思,时而神采飞扬,时而频频点头,时而低首微笑。霞姐讲课的声音时高时低,仿佛山间的清泉缓缓流过我们的心田。

尽管大多数同学是为“过国二”才选修的 Excel 表格处理课,霞姐除针对性传授知识,还是满怀热情地从各方面给大家进行拓展,使同学们学会举一反三,触类旁通。毕竟 Excel 是盘难以下咽的菜,所幸霞姐授课有自己独特的魅力,乏味的操作题她总耐心地给大家进行详细的讲解,甚至下台手把手教学。面对那些早已被我们打入冷宫的函数公式,我们的霞姐就大胆实践,将“小老师”的教学方式引进课堂,为我们建立了一个展示自我的舞台,“小老师”上台讲解做题过程,这种方式既调动了同学们的学习激情,引导我们主动思考问题;又摒弃无聊乏味的坐堂式课堂。乏味的 Excel 表格处理课她能将之变得津津有味,还会条理清晰的把同学们要掌握的知识点书写在黑板上,一手美观工整的粉笔字可谓是赏心悦目啊!

亦友——分享与畅谈人生

课堂上霞姐本着认真负责的态度为学生传道受业解惑,也很尊重学生。课余时间霞姐经常与同学们分享自己的轶闻趣事,互动话题频繁,例如:在家时与女儿练书法的趣事,武功山之行,衡山看日出,女生穿高跟鞋……。霞姐说:“我不走淑女路线,当年买了一双高跟鞋老受罪了,hold 不住,还是运动风适合我。”在同学们的眼中与霞姐交流相处是无代沟的存在。有次一个同学跟霞姐聊天时提到对于过四级没信心,霞姐便与之交谈起人生失败的死穴,鼓励道:“你现在青学,肯花时间去记单词就是一种改变,就是一种进步,至少超越了原来的自己,只要你想,一定可以做到。”我想与霞姐接触过的人都会留以一个特别的印象,平易近人,开怀大笑时天真的像个小孩子,胜似跟同学们打成一片的朋友。

我想,一名优秀的老师一定是对学生倾注真挚的感情,与学生建立起亦师亦友的关系就是教育教学工作取得成功的关键,正所谓:亲其师,方能信其道。所以我喜欢霞姐这种“亦师亦友”的教学方式。

(尹刘陵)