

求职路上

2025年春招过半,1222万高校毕业生从象牙塔里专注学习转而到四处求职应试,才发现现实远比想象复杂许多,是沉浸在想象中还是向着目标坚定地走下去?“求职路上”栏目从今天起开设,将持续关注在常高校应届毕业生求职过程中的心路历程。本期,我们来看看常州工学院2025应届毕业生董文贤分享的求职故事。他进入大学初期就对未来职业早规划早打算,在专业学习、科技竞赛、社团活动中样样争优,多方位提升竞争力,为四年后的求职道路夯实基础。虽然在求职初期理想与现实产生差距,面试也屡受挫折,但他不气馁,总结经验教训,最终调整求职策略,发挥自身所长,拿到了心仪的offer。

常州工学院2025应届毕业生董文贤——

在坚持与助力中破茧成蝶

介绍了参赛项目中设计的智能控制系统,这成为面试的亮点。然而,由于缺乏实战面试经验,有的技术面试中,对某些专业问题回答不够全面;有的群面环节,因急于表现而忽略了团队协作,前几次的表现并不理想。但每次面试后,我都会认真复盘,将问题记录下来,并在后续的社团活动中模拟练习。这种持续改进的方式,让我的面试表现逐渐提升。

学校助力突破瓶颈,多轮面试终迎曙光

就在我屡战屡败、信心受挫时,学校学工处的高静老师向我伸出了援手。在担任生涯规划社团支部书记期

间,我就经常与高老师交流职业规划问题,她对我的能力和特点非常了解。高老师特别指出:“你在科技竞赛中的获奖经历和社团管理经验都是独特优势,要在面试中重点展现。”她还帮我调整简历结构,将科技竞赛获奖和社团管理经验放在显眼位置,并指导我用STAR法则来讲述项目经历。这份精准指导,让我的求职材料焕然一新。凭借老师的推荐和自己的充分准备,我获得了多家心仪企业的面试机会。其中中天钢铁的技术面试更具挑战性,在回答关于工业自动化系统的问题时,我不仅阐述了理论知识,还结合竞赛项目中的实践经验进行分析,现场表现打动了面试官。

当同时收到中天钢铁、思源电气等多家企业的录用通知时,我面临幸福的抉择。此时,在校期间培养的职业规划能力发挥了作用,我制作对比表格,从行业发展、企业平台、培养体系、薪资待遇等多个维度进行分析,最终选择了中天钢铁。

回望这段求职历程,我感激每一份帮助我成长的力量,学校提供的竞赛平台和社团舞台,锤炼出扎实的专业能力和项目管理经验;高静老师等师长在我迷茫时的精准指导和推荐;以及那个始终保持清醒规划、永不言弃的自己。这段经历让我坚信,只要明确目标,持续努力,善用资源,终将迎来属于自己的柳暗花明。

常州工学院多项举措促就业



2025春招启动以来,常州工学院深入开展2025届毕业生“春季促就业攻坚行动”。截至目前,学校已举办13场春季专场招聘会,吸引了500余家优质企业参会,岗位覆盖机械制造、人工智能、新能源等与地方产业高度契合的重点领域。

作为常州地方应用型高校,该校4000余名应届毕业生的专业设置与本地产业结构匹配度基本达到100%。学校通过深化“校地企”三方联动,以“走出去”对接产业需求,“引进来”搭建就业平台的双向机制,持续优化就业服务体系。

下一步,学校将重点围绕长三角区域经济发展需求,强化分类指导,优化就业服务,全力推动2025届毕业生高质量充分就业。

高静 夏娟图文报道

情理交织,让爱张弛有度

常州市局前街小学五(4)班学生家长 沈鹏

家是讲情的地方,家庭教育要有温度,成为孩子信赖依靠的温馨港湾;家也是讲理的地方,家庭教育要有态度,明确原则与边界,让孩子在耳濡目染中树品格、健心智。情理交织,有温度、有态度,家庭教育才会更有效度。

一、多点“迂回”,多点爱

青少年儿童心理健康问题被越来越多地关注,反思原因当然是多方面的,但我认为,社会环境之变、成长节律之变,造成现在的孩子缺少了一些自我舒缓排解的空间,也是很重要的诱因之一。

想象一下,孩子一周的生活节律是怎样的?周一到周五,早出晚归、车接车送,进学校学习、回到家写作业,周六周日或许还有兴趣班。生活在城市高楼大厦里的孩子们,甚至没有时间感受四时节气、日升月落、虫鸣晚风,孩子们与自然脱节的,与同龄伙伴是脱节的,如果再碰到“鸡娃”的家长,回到压抑的家里,孩子的心理状态可想而知。

所以,不要让学校与家庭成为笔直的“两点一线”。要创造一种节律,让孩子在学校和家庭两点之间多些“迂回”,接受孩子的“不完美”,包容孩子偶尔的“小动作”“开小差”,给孩子亲近自然的机会,让受了委屈的小孩,有处倾诉、有地排解。

二、因时因势,常引导

电子产品的管理令许多家长头疼,很多时候即使和孩子“斗智斗勇”,依然会“防不胜防”。面对信息时代的“数字原住民”,“一刀切”不是长久之计,也不利于孩子自控能力培养。如何应对?不妨“三步走”。

第一步,立规则。电子产品对孩子的诱惑力是不需要试验的,成年人尚且手机不离手,更何况是孩子。所以,不要给孩子不受掌控接触电子产品的空间。儿子很喜欢用平板电脑看

书,用电话手表听故事,但按照约定,关灯睡觉前,电子产品都要放到客厅。

第二步,巧转移。小学低年级,儿子每天很快能写完作业,于是按照“约定”频繁看起电视。发现苗头不对,我们赶紧调整策略,上学期间不看,节假日可以看。那平时的空闲时间怎么办,我们给孩子买了很多纸质书籍,儿子因此转移注意力,用大量阅读打发了时间。

第三步,给激励。进入高年级后,我们逐渐提高了对孩子的学习要求。最近发现他平时作业比较粗心,于是对看电视的规则进行了调整,平时作业全对五次换取周末作业完成后的一次30分钟“电视收看权”,儿子有动力。我们省气力。

三、创造机会,试试看

每天放学自己回房间独立写作业,周末给“偷懒”的我们烧早饭,周五放学后自己找地方吃晚饭、上兴趣班……孩子独立、家长省心。

如何培养孩子的自主性?给他“一方空间”。幼儿时期,孩子玩积木等玩具时,我们就注意让他专注地做好一件事,不打扰、不发声、不打断。进入小学,给他独立安静的空间,引导他按顺序一项一项完成作业,免去“监工”的烦恼。

让他“试一试”。“打酱油”、拿快递、整理房间、参与家务,菜烧咸了没关系,下次改进;水壶忘记带学校,口渴自然就长记性。力所能及的事,多让他试上一试,在学习中才能学会。

孩子成长总会遇到新问题,家庭教育也需且行且试。作为家长,我们需要密切“关注”,但不要时刻“盯住”;需要大胆“放手”,但不要彻底“放任”。保持温度、明亮态度,教育才能更有效度!



常州旅商高职校校企合作拓宽专业发展新领域

本报讯(尤佳 刘旭 陈蓓)3月28日,常州旅游商贸高等职业技术学校运动健康学院与新龙湖水上运动中心举行校企合作签约仪式。未来,双方将在人才培养、课程开发、实训实习、就业指导等方面开展全方位合作。此前一周,该校休闲服务与管理专业部分师生在此开展了为期一周的水上运动教学实训周,在水上运动中心企业导师的授课指导下,通过破浪

前行和团队协作实现了专业成长。该校王劲校长表示,此次签约创建了常州市首个水文化产教融合共同体,作为校企深度合作的新起点,双方将继续优化课程体系,双向奔赴推动教学实训与产业需求精准对接。未来,依托龙城水域独特的资源优势,双方将持续深化产教融合机制,为常州培养复合型水上运动专业人才、打造职业教育创新发展示范性标杆作出积极贡献。

安家中学常报小记者寻访常州博物馆

与文物“对话”,触摸文明的历史脉络

3月20日,安家中学的常报小记者们在老师的带领下,走进常州博物馆,领略了常州丰富的历史文化遗产,深入了解了古代工匠的智慧与创造力。他们用敏锐的观察力和细腻的笔触,记录下他们对历史文物和自然奥秘的深刻感受。

常州博物馆的“镇馆之宝”之一——朱漆钱金莲瓣式人物花卉纹套,是南宋时期人们爱美情怀的有力证明。它高21.3厘米,呈十二棱莲瓣筒状造型,分为盖、盘、中、底四部分,是一件梳妆用具。盖面描绘了仕女消暑图,两位仕女梳高髻、穿花罗对襟衫,挽臂同行,旁有女僮侍立。一位持团扇,一位轻摇折扇。套上还装饰有山石、柳树、石径等景物,以及藤

常州博物馆的镇馆之宝朱漆钱金莲瓣式人物花卉纹套,是南宋时期的漆器珍品。套体为十二棱莲瓣筒状造型,体现了宋代对莲花的喜爱。套盖上绘有仕女消暑图,仕女衣着华丽,手持折扇和团扇,小丫鬟侍立在旁,画面充满生活情趣。套体采用木胎制作,外髹朱漆,内髹黑漆,纹饰采用钱金工



凳陈设,周围环绕着荷叶、莲花、牡丹、山茶、梅花等折枝花卉,展现了园林景致。所有装饰均为钱金工艺,反映了漆工艺与绘画艺术相结合的新趋势。它展现了我国古代劳动人民智慧的结晶,融合了漆工艺与绘画艺术,同时体现了中外文化的交流,具有极高的价值。

安家中学七(1)班 刘俊杰
指导老师 徐艳

艺,即在漆面上镌刻纹饰,嵌入金粉,使纹饰金光闪烁,工艺精湛。这件漆套展示了宋代女性的生活美学和服饰文化,反映了当时社会经济的繁荣。同时,它填补了我国髹漆工艺史上的空白。

安家中学七(1)班 周昊
指导老师 徐艳

博物馆二楼的文物展览厅内,琳琅满目的文物陈列在各式展柜中,令人目不暇接。讲解员引导我们参观,并不时停下脚步,为我们提供详尽的解说。我们紧随其后,兴致勃勃地聆听,每当讲解员驻足,我们便争先恐后地围拢过去,渴望深入了解。

继参观了漆盒、紫砂罐等珍贵展品之后,我们来到了三楼。这里展示的

我们探索了常州古代历史文化陈列馆。馆内文物琳琅满目,其中朱漆钱金莲瓣式人物花卉纹套让我印象深刻。据讲解员介绍,这件文物源自南宋,是我国现存最早的、保存状态极佳的钱金漆器之一,展现了古代工匠的精湛技艺。此外,景德镇窑影青观音坐像和龙虎纹画像砖等文物也让我赞叹不

在参观博物馆的过程中,我目睹了许多精美绝伦的文物,其中最令我难以忘怀的是那尊高大的石麒麟。初见它时,我不禁发出惊叹,它宛如一座巍峨的山峰,雄伟而挺拔。石麒麟张口向远方,仿佛在呼唤着同伴。它的四肢粗壮而有力,后脚稳稳地踏在地上,仿佛随时准备

当我走进常州博物馆,历史的书页缓缓掀开。令我眼前一亮的是一条独木梳,它长4.22米,尾部呈敞口设计,外壁光滑,内壁留有斧凿痕迹。这是1965年在淹城内城河发现的,见证了古代工匠的智慧。接着,我看到了那尊巨大的石麒麟。它呈现出昂首挺胸的姿态,其头部雕刻精致,龙首独角,双目圆睁,张口吐舌,神态威猛。躯体上遍布鳞纹、羽翼及云气纹,线

是自然与动物的世界,路旁的动物模型仿佛好奇奇地观察着每一位访客,屏幕上播放着关于动物的纪录片。展板上陈列着各种动物标本,例如太阳闪蝶、鹤顶红粉蝶等,这些蝴蝶的美丽令人赞叹,它们翩翩起舞的姿态令人陶醉。

安家中学七(4)班 傅语萱
指导老师 王永炳 眭文英

已。它们的制作工艺精湛,上面的花纹仿佛是古代工匠智慧的体现,令人叹为观止。

这次参观让我对常州的历史文化有了更深入的了解,也让我深刻感受到了古人的想象力和创造力。

安家中学七(4)班 刘家豪
指导老师 王永炳 眭文英

跃起。真是栩栩如生!据介绍,它是南朝帝王陵墓石刻的杰出代表,以其体型和造型闻名遐迩。石麒麟是中国传统文化中的瑞兽,代表着帝王的威严、和平与长寿。

安家中学七(2)班 徐闻艳
指导老师 杨万娟

条流畅而充满动感。石麒麟是南朝陵墓石刻的代表,象征着吉祥、威严与守护,历经千年风雨,依然令人震撼。

最后,我参观了自然博物馆,学习了蝴蝶复眼和昆虫变态发育的知识。这次参观让我深刻感受到历史与自然的魅力,我期待着下次再来探索更多的奥秘。

安家中学七(3)班 倪雨辰
指导老师 徐艳



最令我印象深刻的是神道柱,这种源自东汉时期的仪卫建筑,在南北朝时期达到了艺术的顶峰。现存的南朝神道柱尤为典型,柱础上双螭盘踞,柱身刚劲挺拔,顶部覆莲纹圆盖托举着昂首的石辟邪。它们最初作为墓前神道的空间界标,后来融入了莲花、狮子等元素。在南

朝齐梁时期,贵族墓前必立此柱,既镇守幽冥又彰显门第。

神道柱承载着历史文化的传承,是古人的智慧与结晶,这些融建筑、书法、雕刻于一体的杰作,实为六朝文化的历史见证。

安家中学七(3)班 芮皙
指导老师 徐艳

这件漆套出土于一座南宋墓葬。南宋时期,江南地区经济繁荣,文化发达,漆器工艺达到了极高的水平。这件漆套正是南宋漆器工艺的代表作,展现了宋代工匠的智慧与创造力。

安家中学七(1)班 张一驰
指导老师 徐艳